



SEKSUAALISUUS JA IHMISSUHTEET

Kurssi kehitysvammaisille nuorille

Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi
Opinnäytetyö
29.3.2007

Mari Paalanen
Helmi Paananen
Kaisa Pasanen

Koulutusohjelma		Suuntautumisvaihtoehto	
Sosiaalialan koulutusohjelma		Sosionomi (AMK)	
Tekijä/Tekijät			
Mari Paalanen, Helmi Paananen ja Kaisa Pasanen			
Työn nimi			
Seksuaalisuus ja ihmissuhteet – Kurssi kehitysvammaisille nuorille			
Työn laji	Aika	Sivumäärä	
Opinnäytetyö	Kevät 2007	47 + 3 liitettä	
TIIVISTELMÄ			
<p>Toiminnallisen opinnäytetyömme tarkoituksena oli järjestää kehitysvammaisille nuorille Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssi yhteistyössä Helsingin Kehitysvammaatuki 57 ry:n kanssa. Kurssi tarjosi osallistujille tukea ja ohjausta ihmissuhteisiin ja seksuaalisuuteen liittyvissä kysymyksissä, minkä tavoitteena oli lisätä nuorten sosiaalisia valmiuksia ja parantaa heidän kykyään tehdä itsenäisiä päätöksiä.</p> <p>Opinnäytetyömme lähtökohtana olivat ihmissuhteiden merkitys ja Bengt Nirjen normalisaatioperiaate, jonka mukaan kehitysvammaisten tulisi saada elää samoin arkielämän ehdoin kuin muidenkin. Seksuaalisuuden ilmaiseminen ja tyydyttävien ihmissuhteiden luominen on tärkeä osa jokaisen ihmisen elämää. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssi edisti normalisaatioperiaatteen toteutumista normaalin elämänkaaren, itsemääräämisoikeuden ja seksuaalisuuden mallien alueilla.</p> <p>Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssi toteutettiin syksyllä 2006 ja se sisälsi seitsemän kontaktikertaa. Kurssilla oli kahdeksan iältään 16–26-vuotiasta osallistujaa. Työskentelymenetelminä käytettiin luovia menetelmiä ja pienryhmätyöskentelyä. Lisäksi hyödynsimme selkokielistä materiaalia.</p> <p>Kurssipalaute kerättiin osallistujilta keskustelun ja lähipiiriltä palautelomakkeen avulla. Saadun palautteen perusteella kurssi onnistui tavoitteiden mukaisesti ja seksuaalisuuteen liittyvien kurssien järjestämistä pidettiin tärkeänä myös tulevaisuudessa. Seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyville kursseille on suuri tarve, johon vastaaminen vaatii ennakkoluulottomuutta sekä kurssitoiminnan järjestäjiltä että kehitysvammaisten lähipiireiltä.</p>			
Avainsanat			
kehitysvammaisuus, seksuaalisuus, ihmissuhteet, normalisaatio			

Degree Programme in		Degree
Social Services		Bachelor of Social Services
Author/Authors		
Mari Paalanen, Helmi Paananen and Kaisa Pasanen		
Title		
Sexuality and Social Relations – A Course for Young People with Intellectual Disabilities		
Type of Work	Date	Pages
Final Project	Spring 2007	47 + 3 appendices
<p>ABSTRACT</p> <p>The aim of our functional final project was to organise a course about sexuality and social relations for young people with intellectual disabilities. The purpose of the course was to offer support and guidance in questions concerning sexuality and social relations, and thus improve the participants' social skills and prerequisites for making independent decisions. The course was organised in co-operation with Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry (an organisation for people with intellectual disabilities and their families).</p> <p>Our final project was based on the importance of social relations and Bengt Nirje's normalisation principle. According to the normalisation principle, people with intellectual disabilities should have a right to the same patterns of everyday life as everyone else. Expressing one's sexuality and creating satisfying social relations are important aspects of life. The Sexuality and social relations -course implemented the normalisation principle in the areas of a normal life course, right to self-determination and normal patterns of sexuality.</p> <p>The Sexuality and social relations -course took place in the autumn of 2006. The course consisted of seven meetings and there were eight participants aged from 16 to 26. Working methods used during the course were creative methods, working in small groups and using material in simplified language.</p> <p>Feedback from the course was collected from the participants' families with a feedback form and from the participants during a conversation at the last meeting. According to the feedback, the course reached its goal. Organising courses about sexuality was considered to be important also in the future. There is a need for courses about sexuality and social relations, and meeting up to it requires lack of prejudice from the people organising courses as well as the families of people with intellectual disabilities</p>		
Keywords		
intellectual disability, sexuality, social relations, normalisation		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	TAVOITTEET JA LÄHTÖKOHDAT	2
	2.1 Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry	3
	2.2 Opinnäytetyön eettinen perusta	3
3	KEHITYSVAMMAISUUS	4
4	SEKSUAALISUUS	6
	4.1 Seksuaalisen kehityksen tukeminen ja iänmukainen kohtelu	8
	4.2 Seksuaalikasvatus	9
5	IHMISSUHTEET	10
	5.1 Sosiaaliset taidot	11
	5.2 Ystävyyssuhteiden syntyminen	12
	5.3 Parisuhde	13
6	NORMALISAATIO	14
	6.1 Bengt Nirjen normalisaatioperiaate	15
	6.2 Normalisaatioperiaatteen soveltaminen	18
7	SEKSUAALISUUS JA IHMISSUHTEET -KURSSIN TOTEUTUS	19
	7.1 Ohjauksen lähtökohdat	20
	7.2 Kontaktikertojen rakenne	22
	7.3 Teemat ja osatavoitteet	23
8	MENETELMÄT	26
	8.1 Ryhmän käyttö	27
	8.2 Pienryhmätyöskentely ja yksilölliset keskustelut	30
	8.3 Luovat toiminnot	31
9	TOTEUTUKSEN ARVIOINTI	33
	9.1 Riskien hallinta	33
	9.2 Palaute	35
	9.3 Tavoitteiden toteutuminen	37
	9.4 Ammatillinen hyödynnettävyys	40
10	POHDINTA	42
	LÄHTEET	44
	KURSSILLA HYÖDYNNETTY MATERIAALI	47

LIITTEET 1-3

1 JOHDANTO

Toiminnallisena opinnäytetyönä järjestämme kehitysvammaisille nuorille Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssin yhteistyössä Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry:n kanssa. Kurssi sisältää seitsemän kontaktikertaa, jotka toteutetaan syksyllä 2006. Tavoitteena on tarjota tukea ja ohjausta seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyvissä kysymyksissä. Tämän avulla lisätään nuorten sosiaalisia valmiuksia ja kykyä tehdä itsenäisiä päätöksiä.

Seksuaalisuuden ilmaiseminen ja tyydyttävien ihmissuhteiden luominen on tärkeä osa jokaisen ihmisen elämää, eikä kehitysvammaisuus ole este näiden toteutumiselle. Normalisaatioperiaatteen mukaan myös kehitysvammaisilla on oikeus samoihin mahdollisuuksiin ja elämänmalleihin kuin muillakin. Heidän tulee saada kaikki ymmärrettävissä oleva tieto, jotta he kykenevät tekemään itsenäisiä päätöksiä.

Opinnäytetyömme tarjoaa näkökulmia yksilöllisen seksuaalisuuden toteuttamiseen ja sen luonnolliseen kohtaamiseen. Esittelemme teoriataustaa normalisaatiosta, seksuaalisuudesta ja ihmissuhteista. Kurssin toteutuksen kuvaus antaa käytännön näkökulman kehitysvammaisten nuorten kohtaamiin haasteisiin. Seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyy häpeää ja pelkoja, mutta opinnäytetyössämme näkyy myös nuorten aito innostus oppia ja kehittyä.

2 TAVOITTEET JA LÄHTÖKOHDAT

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli järjestää kurssi, joka tarjoaa kehitysvammaisille nuorille tukea ja ohjausta ihmissuhteisiin ja seksuaalisuuteen liittyvissä kysymyksissä. Tavoitteena oli tämän avulla lisätä nuorten sosiaalisia valmiuksia ja parantaa heidän kykyään tehdä itsenäisiä päätöksiä. Kurssin kokonaistavoite on jaettu teemojen mukaisesti osatavoitteisiin, jotka esitellään tarkemmin Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssin toteutus -osiossa.

Kurssin kohderyhmäksi valitsimme 16–22-vuotiaat nuoret, koska nuoruusikään liittyy fyysisten muutosten lisäksi vahvasti myös itsenäistyminen ja omien valintojen tekeminen. Kehitysvammaiset henkilöt käyvät läpi normaalit fyysiset seksuaalisen kehityksen vaiheet, mutta joskus tavallista myöhemmässä iässä (Kaski – Manninen – Mölsä – Pihko 2002: 253). Peruskoulussa järjestettävä seksuaalikasvatus ei ole vielä kaikille ajankohtaista eikä liian aikaisin annetusta opetuksesta saada tavoiteltua hyötyä.

Peruskoulun päätyttyä useilla kehitysvammaisilla henkilöillä on mahdollisuus jäädä työkyvyttömyyseläkkeelle. Eläkkeen edellytyksenä on, että henkilö on 16–64 -vuotias ja hänellä on sairaus, vika tai vamma, joka estää kohtuullisen toimeentulon turvaavan työnteon (Työkyvyttömyyseläke 2006). Eläkkeelle jäädessään henkilö saattaa jäädä kodin ulkopuolisten verkostojen ulkopuolelle ja itsenäistymistä tukevan tiedon hankkiminen voi olla vaikeaa. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssi tarjosi lisätietoa ja ohjausta sitä kaipaaville nuorille.

Seksuaalisuuden ja ihmissuhteiden tukeminen on tärkeä osa kehitysvammaisen asiakkaan kokonaisvaltaista huomioimista. Taitojen ja tietojen kartuttaminen on tärkeää myös kehitysvammaisen henkilön työ- tai asumisyhteisön kannalta. Yhdessä toimiminen ja toisten huomioiminen vaatii harjoittelua ja kehitysvammaisellakin henkilöllä tulee olla mahdollisuus harjoitella näitä taitoja. Parhaiten harjoittelemisen tapahtuu arkipäivän toiminnalla, mutta myös lisätuelle voi olla tarvetta. Tällöin erilaiset kurssit ja kerhot voivat olla opetuksen ja tuentarjonnan kanavia.

2.1 Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry

Järjestimme Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssin yhteistyössä Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry:n kanssa. Vuonna 1957 perustetun yhdistyksen tavoitteena on edistää helsinkiläisten kehitysvammaisten sekä heidän omaistensa elämän tasavertaista toteutumista. Keinoina ovat aktiivinen edunvalvonta sekä monipuolisen tuki- ja palvelutoiminnan toteuttaminen yhteistyössä jäsenistön ja sidosryhmien kanssa. Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry järjestää päivätoimintaa sekä asumispalveluita. Näiden lisäksi toimintaan kuuluvat kurssi- ja kerhotoiminta, leiritoiminta sekä mahdollisuus kohdata toisia yhdistyksen tiloissa Teini- ja Ystävätuvalla. Perheille tarjotaan vertaistukiryhmiä, virkistystoimintaa sekä lastenhoitoapua. (Edunvalvonta ja järjestötoiminta 2006; Kehitysvammatuki 57 ry.)

Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry:n kerho- ja kurssitoiminnan tavoitteena on ylläpitää mahdollisimman monelle kehitysvammaiselle lapselle, nuorelle ja aikuiselle virikerikasta ja monipuolista harrastetoimintaa eri puolilla Helsinkiä. (Kehitysvammatuki 57 ry 2005.) Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry on järjestänyt nuorille kehitysvammaisille seksuaalisuutta käsittelevät kurssit ”Seksuaalisuus – miehenä ja naisena oleminen” ja ”Oikeus elää omaa elämää”. Kurssit toteutettiin vuosina 2000 ja 2004. Kursseista oli saatavilla vain teemarungot, joten käytettävissämme ei ollut valmista materiaalia.

2.2 Opinnäytetyön eettinen perusta

Opinnäytetyössämme korostuu ihmisarvo sosiaalieettisenä periaatteena. Sillä tarkoitetaan, että jokainen ihminen on arvokas ja jokaisella on oikeus elää hyvä ja arvokas elämä. (Hämäläinen 1993: 95.) Oikeus ei ole riippuvainen henkilön yksilöllisistä ominaisuuksista, eikä se kuulu vain niille, jotka osaavat sitä vaatia.

Koska seksuaalisuus ja ihmissuhteet ovat henkilökohtaisia ja intiimejä aiheita, tulee niiden käsittelyssä kiinnittää erityistä huomiota eettisiin kysymyksiin. Keskeistä on kuinka saadaan yhteen sovitettua yksilön itsemääräämisoikeus koko yhteisön hyvinvointiin. John Rawlsin yhteiskunnallisen oikeudenmukaisuuden periaatteen mukaan kullakin henkilöllä on oltava yhtäläinen oikeus suurimpaan sellaiseen perusvapauteen, joka sopii yhteen muiden ihmisten samanlaisen vapauden kanssa (Rawls 1971: 60). Yksilön tulee kyetä arvioimaan halujaan ja viettejään, ei ainoastaan etsimään niiden tyydy-

tystä. Tällöin hän pystyy laittamaan tarpeensa ja halunsa arvojärjestykseen. (Puolimatka 1999: 16.)

Opinnäytetyössämme korostuivat yksilöiden oikeus toteuttaa seksuaalisuuttaan itselleen ominaisella tavalla sekä mahdollisuus luoda tyydyttäviä ihmissuhteita. Oman itsemääräämisoikeuden lisäksi on huomioitava ympäröivän yhteisön oikeudet ja toimittava valitsevien normien ja arvojen mukaisesti. Kehitysvammaisille ei tule asettaa seksuaalissa kanssakäymisessä tiukempia normeja kuin muille, mutta heidänkin on opittava vastuullinen ja toiset ihmiset huomioon ottava käyttäytyminen (Kaski ym. 2002: 254–255).

3 KEHITYSVAMMAISUUS

Maailman terveysjärjestön (WHO) tautiluokituksen (ICD-10) mukaan älyllisellä kehitysvammaisuudella tarkoitetaan tilaa, jossa henkisen suorituskyvyn kehitys on estynyt tai on epätäydellinen. Puutteita ilmenee erityisesti yleiseen henkiseen suorituskyyyn vaikuttavissa kognitiivisissa, kielellisissä, motorisissa ja sosiaalisissa taidoissa. Suomen kehitysvammalain nojalla erityishuollon palveluihin on oikeutettu henkilö, jonka kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi. Suomessa kehitysvammaisuuden alkamisiälle ei aseteta tarkkaa ylärajaa. Älyllisen suorituskyyyn heikentyessä 18 vuoden iän jälkeen puhutaan kuitenkin tavallisesti dementiasta. (Kaski ym. 2002: 20–21; Laki kehitysvammaisten erityishuollosta 1977: 1§; Tautiluokitus ICD-10: F70-F79.)

Diagnostiset luokittelut rajoittuvat ihmisten terveydentilan ja siihen läheisesti liittyvien piirteiden tai tarpeiden kuvaamiseen. Luokittelut ovat tarpeellisia lakisääteisten palvelujen ja etuuksien saamisen sekä epidemiologisten tietojen keräämisen kannalta. Käsitykseen toimintakyvystä ja vammaisuudesta vaikuttavat kuitenkin myös ihmisen elämäntilanne sekä elinympäristö. Yksilöä ei pidä luonnehtia pelkästään hänellä olevista vammoista, toimintarajoitteista tai osallistumisen esteistä johdettujen käsitteiden avulla. Käytetyt käsitteet eivät poista biologista häiriötä, vaan taustalla oleva vammaisuus on kohdattava käsitteistä huolimatta. Niiden valinta vaikuttaa kuitenkin toiminnan suunnittamiseen, tavoitteisiin ja toteuttamiseen. Koska fyysinen terveys kattaa vain rajallisen

määrän ihmisen ominaisuuksia, on hoidossa ja kuntoutuksessa otettava huomioon myös hyvinvoinnin psyykkiset ja sosiaaliset ulottuvuudet. (Kaski ym. 2002: 24, 259, 371.)

American Association on Mental Retardation (AAMR) määrittelee kehitysvammaisuuden vammaisuudeksi, jota luonnehtivat rajoitukset älyllisissä toiminnoissa ja adaptiivisessa käyttäytymisessä. Älyllisiin toimintoihin kuuluvat päättely, suunnittelu, ongelmien ratkaisu, abstraktinen ajattelu, monimutkaisten ajatusten ymmärtäminen, nopeasti oppiminen sekä kokemuksesta oppiminen. Adaptiivinen käyttäytyminen jakaantuu käsitteelliseen, sosiaaliseen ja käytännölliseen taitoalueeseen. Käsitteellinen alue sisältää kielen, lukemisen, kirjoittamisen ja rahanhallinnan taidot sekä itseohjautuvuuden. Sosiaaliseen alueeseen kuuluvat ihmissuhteet, vastuullisuus, itsearvostus, sääntöjen noudattaminen sekä herkkäuskoisuus ja käytännölliseen alueeseen päivittäiset toiminnot kuten syöminen, liikkuminen, ruoan valmistaminen ja puhelimen käyttö. (American Association on Mental Retardation 2002: 8, 39–40.)

AAMR:n kehitysvammaisuuden määritelmän mukaan yksilön toimintakyky syntyy viiden eri ulottuvuuden vuorovaikutuksessa. Ensimmäinen ja toinen ulottuvuus muodostuvat kehitysvammaisuuden diagnosoinnissa käytetyistä älyllisistä kyvyistä ja adaptiivisesta käyttäytymisestä. Kolmanteen ulottuvuuteen kuuluvat osallistuminen, vuorovaikutus ja sosiaaliset roolit, joilla tarkoitetaan yksilön vuorovaikutusta materiaalisen ja sosiaalisen maailman kanssa, osallisuutta ympäristön tapahtumissa sekä osallisuutta ja rooleja omalle ikäryhmälle tyypillisessä toiminnassa. Neljäs ulottuvuus sisältää fyysisen terveyden, mielenterveyden ja etiologian. Viides ulottuvuus on konteksti, jolla tarkoitetaan sitä ympäristöä ja kulttuuria, jossa ihmiset elävät jokapäiväistä elämäänsä. Ottamalla huomioon kaikki viisi ulottuvuutta erilaisten tukimuotojen ja palvelujen suunnittelussa yksilön toimintakykyä voidaan parantaa. (American Association on Mental Retardation 2002: 9–10, 39–48.)

AAMR:n määritelmässä korostetaan toimintakyvyn rajoitusten tarkastelemista siinä ympäristössä, joka on tyypillinen henkilön ikäryhmälle ja kulttuurille. Toimintakyvyn arvioinnissa on otettava huomioon kulttuurinen moninaisuus sekä kommunikaation, aistien, motoriikan ja käyttäytymisen erot. Rajoitusten kuvaaminen, diagnosointi ja luokittelu ovat tärkeitä tarvittavien tukimuotojen kartoittamiseksi, mutta toimintakyvyn määrittelyssä tulee aina ottaa huomioon yksilön vahvuudet rajoitusten rinnalla. (American Association on Mental Retardation 2002: 8–9.)

Marcia Rioux`n mukaan vammaisuutta voidaan tarkastella yksilöön liittyvänä poikkeavuutena (yksilön patologia) tai yhteisöön liittyvänä ongelmana (yhteisön patologia). Yksilön patologia jakautuu biomedikaaliseen ja toiminnalliseen näkökulmaan. Biomedikaalisessa näkökulmassa pyritään vamman parantamiseen tai poistamiseen ja toiminnallisessa yksilön taitojen sekä kykyjen lisäämiseen. Yhteisön patologia jakautuu ympäristölliseen ja ihmisoikeudelliseen lähestymistapaan. Ympäristöllinen korostaa fyysisen ympäristön merkitystä ja ihmisoikeudellinen poliittisten sekä sosiaalisten oikeuksien turvaamista. Lähestymistavat ovat toisiaan täydentäviä ja ne tulee valita tilannekohtaisesti. (Hautamäki – Lahtinen – Moberg – Tuunainen 2001: 159–162; Jahnukainen 2001: 39–42.)

Kehitysvammaisille tarjotaan eri elämänaalueilla tukea ja palveluita, joissa vammaisuutta lähestytään eri näkökulmista. Seksuaalisuuden ja ihmissuhteiden kohdalla näitä voivat olla lääkärin antama ehkäisyneuvonta, ihmissuhteiden ja seksuaalisuuden toteutumisen mahdollistava asuntoloiden tarjoama fyysinen tila sekä yhtäläiset oikeudet lainsäädännön tasolla. Opinnäytetyyohomme liittyy yhteisön patologian ihmisoikeudellinen näkökulma. Jotta yksilö voi käyttää oikeuksiaan, on hänen oltava tietoinen niistä. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla lisättiin osallistujien tietoja oikeuksistaan ja vahvistettiin heidän kykyään itsenäiseen päätöksentekoon.

4 SEKSUAALISUUS

WHO määrittelee

seksuaalisuuden kiinteäksi osaksi jokaisen henkilön persoonallisuutta: miehen, naisen ja lapsen. Seksuaalisuus on perustarve ja se on yksi ihmisenä olemisen erityispiirre, jota ei voida erottaa muista elämän erityispiirteistä. Seksuaalisuus ei ole sama asia kuin yhdyntä, eikä sama asia kuin kyky orgasmiin eikä se ole meidän eroottisen elämämme koko summa. Kaikki tämä voi olla osa seksuaalisuuttamme, mutta sen ei tarvitse olla. Seksuaalisuus sisältää niin paljon muuta: se on osana siinä voimassa, joka ajaa meitä etsimään rakkautta, yhteyttä, lämpöä ja läheisyyttä; se ilmenee siinä, mitä me tunnemme, kuinka me liikumme, kuinka koskettelemme toisiamme ja kuinka meitä kosketellaan. Seksuaalisuuteen kuuluu yhtä hyvin se, että ollaan aistillisia ja herkkiä kuin se, että ollaan sukupuolisesti käyttäytyviä. Seksuaalisuus vaikuttaa siten ajatuksiimme, tunteisiimme, käyttäytymiseemme ja yhdessäoloon muiden ihmisten kanssa. (Autio 1992: 1.)

Seksuaalisuus voidaan käsittää osana ihmisen biologiaa ja fysiologiaa, viettinä, jolloin se on sisäsyntyistä luonnollista toimintaa. Seksuaalisuus on myös sosiaalisesti rakentunut ilmiö ja sille annettuihin merkityksiin ovat vaikuttaneet eri aikakaudet ja kulttuurit. Tällaisia kulttuurisesti ja historiallisesti muovautuneita käsityksiä ovat ajatukset oikeasta ja väärästä sekä naisen ja miehen rooleista. Kun seksuaalisuus käsitetään sosiaalisesti rakentuneeksi, oletetaan että on olemassa käyttäytymistä, eleitä ja ilmeitä, jotka tulkitaan seksuaalisiksi ilmaisuiksi. (Karanka 2006; Karanka 1997: 1.)

Prosessia, jossa yksilö oppii, omaksuu ja sisäistää yhteiskunnan ja yhteisön välittämät käsitykset seksuaalisuudesta, kutsutaan seksuaaliseksi sosialisatioksi. On käyttäytymistä, joka yleensä tulkitaan seksuaaliseksi, mutta myös käyttäytymistä, joka merkitsee seksuaalista kokemusta jollekin yksilölle, muttei muille. Seksuaalisuus saa siis merkityksiään myös yksilön omista käsityksistä. Keskeistä on, kokeeko yksilö itsensä seksuaaliseksi olennoksi, mitä seksuaalisuus hänelle merkitsee ja kuinka hän toteuttaa sitä. (Karanka 2006; Karanka 1997: 1.)

Seksologian maailmanjärjestön (WAS) seksuaalioikeuksien julistuksen mukaan seksuaalisuus on olennainen osa jokaisen ihmisen persoonallisuutta. Seksuaalioikeudet ovat universaaleja ihmisoikeuksia, jotka perustuvat kaikille ihmisille kuuluvaan vapauteen, arvokkuuteen ja tasavertaisuuteen. Seksuaalioikeuksiin kuuluvat ihmisen oikeus saada tukea seksuaali-identiteettinsä kehittämisessä, oikeus päättää ihmissuhteistaan sekä oikeus saada perhesuunnittelupalveluita ja tietoa. Oikeuksiin liittyy kuitenkin aina myös vastuu. Ihmisellä on oikeuden lisäksi myös velvollisuus vastuulliseen seksuaalikäyttäytymiseen. (Bildjuschkin – Malmberg 2000: 24; Seksuaalioikeuksien julistus.)

Ei ole olemassa erityistä seksuaalisuutta, jota voitaisiin kutsua kehitysvammaisten seksuaalisuudeksi. Kehitysvammaisten seksuaalinen kehitys etenee samalla tavalla kuin muilla, mutta seksuaalinen käyttäytyminen voi jäädä ikätasoa varhaisempaan vaiheeseen. Seksuaalinen kehitys saattaa myös olla viivästynyttä ja kiinnostus vastakkaista sukupuolta kohtaan herää yleensä hieman tavallista myöhemmin. (Karanka 1997: 3; Kaski ym. 2002: 253.) Kehitysvammaisilla henkilöillä ei ole myöskään mitään erityisiä kehitysvammaisille tyypillisiä seksuaalisia ongelmia, eikä ongelmia välttämättä ilmene sen enempää kuin muilla. Kehitysvammaisuus vaikuttaa kuitenkin henkilön seksuaalisuuteen kuten muihinkin elämänalueisiin. Kehitysvammaisen lapsen kyky ymmärtää omaa kehoaan ja sen toimintoja voi olla heikompi kuin muilla. (Rören 1988: 12–14.)

4.1 Seksuaalisen kehityksen tukeminen ja iänmukainen kohtelu

Tytön kehitys naiseksi ja pojan kehitys mieheksi ei ala vasta murrosiässä vaan se etenee läpi lapsuuden. Nuoruusiän seksuaalinen kehitys on osa laajaa kehityskaarta, joka johtaa vastasyntyneen seksuaalisuudesta aikuisen seksuaalisuuteen. Koska kehitys alkaa jo varhaisessa vaiheessa, ei lapsia tulisi käsitellä sukupuolettomina olentoina. Vanhemmillä on tärkeä rooli lastensa turvallisuuden luomisessa ja seksuaalisuuden kehityksessä. (Mäenpää – Siimes 1995: 55–61.)

Lapsuus huomioidaan myös YK:n ihmisoikeuksille perustuvissa seksuaalioikeuksissa. Niiden mukaan lapsella on oikeus syntyä toivottuna ja haluttuna sukupuolestaan riippumatta ja oikeus saada hyvää ja kunnioittavaa hoitoa. Ihmisellä on oikeus olla seksuaalinen jo lapsena, ilman että seksuaalisuuden ilmeneminen saattaisi hänet vaaraan tai hyväksikäytön uhriksi. Seksuaalioikeuksien mukaan lapsillakin on oikeus saada tietoa seksuaalisuudesta ja tukea kasvuprosesseissaan. (Bildjuschkin – Malmberg 2000: 24.)

Seksuaalisen kehityksen tukeminen on haastavaa, koska siihen liittyy oikeuksien lisäksi myös paljon vastuuta ja velvollisuuksia. Vaikka fyysiset muutokset voivat alkaa varhain, ei nuori välttämättä ole vielä henkisesti kypsä. Nuorella on oikeus tulla kohdelluksi keskeneräisenä, eikä aikuiselta näyttävä vartalo ole vielä tae kyvystä luoda tasavertaisia ihmissuhteita. (Bildjuschkin – Malmberg 2000: 39.) Myös ulkopuolisten kyky arvioida toisen valmiutta tai kypsyyttä on rajallinen. Kuten lapsilla, myös aikuisilla on oikeus ilmaista seksuaalisuuttaan iälleen ominaisella tavalla.

Kehitysvammaisiin henkilöihin suhtaudutaan usein kuin lapsiin. Tällainen kohtelu voi lisätä lapsenomaista käytöstä ja taannuttaa kehitysvammaisen henkilön kehitystä. Tällöin ympäristön odotukset muuttuvat itseään toteuttaviksi ennustuksiksi. Vaikka kehitysvammaisten henkilöiden todellisuuden ja abstraktioiden käsityskyky voi olla verrattavissa lapsen kykyihin, ovat he kokemuksiltaan paljon rikkaampia. (Kaski ym. 2002: 192; Lehtinen – Pirttimaa 1995: 35.)

Vaikka kehitysvammaista henkilöä ei kohdeltaisikaan lapsena, on riski, ettei kohtelu silti vastaa aikuisen saamaa kohtelua. Tällöin kehitysvammainen jää lapsuuden ja aikuisuuden välimaastoon, ja oman identiteetin ja roolin luominen voi olla hyvin vaikeaa. (Lehtinen – Pirttimaa 1995: 35.) Pahimmassa tapauksessa henkilö voi saada huonoim-

mat puolet sekä aikuisen että lapsen rooleista. Tällöin häneltä vaaditaan paljon, mutta vastuuta ja valmiuksia ei anneta. Aikuisuus ei ole ainoastaan henkilön sisäinen tunne vaan siihen liittyy myös ympäristön suhtautuminen. Osa aikuisuutta ja itsenäisyyttä on tieto, että myös ympärillä olevilla ihmisillä on luottamus henkilön kykyihin. Näitä kykyjä saadaan vain asianmukaisella ohjauksella ja opetuksella, jotka lähtevät yksilön omista tarpeista.

4.2 Seksuaalikasvatus

Seksuaalikasvatus on osa terveystieteistä ja sen tarkoituksena on jakaa sitä tietoa seksuaalisuudesta ja seksistä, jonka pohjalta henkilö voi tehdä seksuaaliterveytensä ja mielihyvänsä kannalta hyviä valintoja. Haasteena on saada vielä kypsyttämättömät nuoret käyttäytymään vastuullisesti ja välittää kuva myönteisestä seksuaalisuudesta. Keskeisiä asioita ovat riittävä aika, vuorovaikutustaitojen harjoittelumahdollisuudet, selkeät rajat ja kannustava myönteisyys. (Bildjuschkin – Malmberg 2000: 3, 10.)

Oikea tieto seksuaalisuudesta vähentää pelkoja ja antaa henkilölle mahdollisuuden tunnistaa itselleen sopivimmat tavat olla seksuaalinen. Asiallinen tieto ei lisää vastuuttomia kokeiluja tai riskikäyttäytymistä vaan lisää vastuullisuutta ja parantaa yksilön mahdollisuuksia pitää itsestään huolta. Sen sijaan, että käytettäisiin energiaa sen miettimiseen, kuinka nuorten kiinnostusta seksiä kohtaan voitaisiin vähentää, tulisi miettiä keinoja lisätä nuorten kiinnostusta seksuaalisuuteen ja tätä kautta kannustaa heitä hankkimaan tietoa. Seksuaalisuus on myös vallankäytön väline, ja mitä huonommat tiedot ja heikompi seksuaalinen minäkuva ihmisellä on, sitä alttiimpi hän on vallankäytölle. Ihmisellä tulee olla ymmärrys siitä, että hän voi päättää itse omasta seksuaalisuudestaan, eikä seksuaalinen tyytyväisyys ole vain niiden etuoikeus, joilla tietoa on helposti saatavissa. (Bildjuschkin – Malmberg 2000: 19, 25.)

Seksuaalikasvatuksen tavoitteiden asettamiseksi ja niiden arvioimiseksi tulisi keskustelijoiden puhua samasta asiasta ja käyttää yhteneviä käsitteitä. Käsitteiden samankaltaisuus mahdollistaa hyvien mallien vaihtamisen ja soveltamisen ja selkeyttää tiedottamista. Seksuaalikasvatusta annetaan seksuaalivalistuksena, seksuaaliopetuksena ja seksuaalineuvontana. Nuoren kannalta tehokkainta on, jos hänellä on mahdollisuus saada eri tasojen seksuaalikasvatusta pitkän ajan kuluessa. (Bildjuschkin – Malmberg 2000: 10–13.)

Seksuaalivalistuksella tarkoitetaan seksuaalitiedon jakamista laajoille joukoille. Valistus tapahtuu yleensä kampanjoina tai seksuaalikasvatusmateriaalien jakamisena. Seksuaalivalistusta on myös julkinen keskustelu seksuaalisuudesta, sen näkyvyydestä ja merkityksestä ihmiselle sekä seksuaalikasvatuksen tarpeellisuudesta. Seksuaaliopetusta järjestetään kouluissa, mutta opetukseen sopii mikä tahansa yhteys, jossa ollaan kiinnostuneita ihmisen hyvinvoinnista ja ihminen on itse kiinnostunut parantamaan hyvinvointiaan. Seksuaalineuvonnalla tarkoitetaan palvelua, johon aktiivisesti hakeudutaan seksuaalisuuteen liittyvien asioiden vuoksi. Neuvontaa voidaan järjestää puhelimitse, lehtien palstoilla tai vastaanotoilla. Seksuaalineuvonta voi olla yleistä seksuaalitietouden jakamista, mutta usein syynä on asiakkaan omassa elämässä ja seksuaalisuudessa mietityttävät asiat. (Bildjuschkin – Malmberg 2000: 13–14.)

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla käytettävä seksuaalikasvatuksen muoto oli seksuaaliopetus, joka täydensi osallistujien koulussa, asuntolassa tai muissa yhteyksissä samaa seksuaalikasvatusta. Kurssin ei ollut tarkoitus korvata muualla saatavaa opetusta vaan tukea sitä. Vaikka toiminta jäsentyykin seksuaaliopetuksen pohjalta, voi siinä olla havaittavissa myös seksuaalineuvonnan piirteitä. Osallistujilla oli mahdollisuus kysyä ja keskustella myös heitä itseään mietityttävistä tai kiinnostavista aiheista ja ongelmista. Aina ei ole mahdollista eikä edes tarkoituksenmukaista erottaa seksuaalikasvatuksen ulottuvuuksia toisistaan.

5 IHMISSUHTEET

Ihmissuhteet ovat sosiaalisia suhteita, joista merkittävimpiä ovat suhteet ystäviin, vanhempiin ja sukulaisiin. Sosiaalisuudella tarkoitetaan ihmisten välistä yhteiselämää, jota ylläpidetään vuorovaikutuksella. Ihmissuhdeverkostot ovat tärkeitä elämän laadullisten tavoitteiden saavuttamisessa, sillä ne tarjoavat apua, ideoita, tukea, kritiikkiä sekä vastavuoroista kiintymystä. Sosiaalisissa verkostoissa toimiminen edellyttää kykyä ymmärtää toisia ihmisiä ja heidän arvojaan ja tarpeitaan. Lisäksi vaaditaan kykyä sosiaalisesti arvostettuun käyttäytymiseen, jolla tarkoitetaan myönteistä ja tarkoituksenmukaista vuorovaikutusta sekä toisten huomioon ottamista. (Karanka 2001: 165; Silvennoinen 1999: 22–23; Öhman 1993: 2.)

Kehitysvammaisten henkilöiden tulisi saada harjoitella sosiaalisia taitoja mahdollisimman paljon. Heille suunnattu opetus on kuitenkin vielä hyvin taitokeskeistä ja korostaa teknistä suoriutumista. Vuorovaikutustaitoja ja kanssakäymistä erilaisten ihmisten kanssa ei ole nähty tarpeeksi tärkeinä tavoitteina. (Lehtinen – Pirttimaa 1995: 35.) Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssi antoi osallistujille mahdollisuuden tutustua uusiin ihmisiin ja lisäsi edellytyksiä ihmissuhteiden luomiseen ja ylläpitämiseen myös kurssin jälkeen.

5.1 Sosiaaliset taidot

Kaikkien ihmissuhteiden syntymisen ja kehittymisen edellytyksenä ovat yksilön sosiaaliset taidot ja ominaisuudet, joita ovat motivaatio, itseluottamus, ihmissuhdetaidot ja kyky ristiriitojen ratkaisemiseen sekä tunteiden ilmaisemiseen. Ilman molemminpuolista motivaatiota ei voi syntyä vastavuoroista ihmissuhdetta, ja toisaalta hyvät kokemukset yhdessäolosta vahvistavat motivaatiota uusien suhteiden luomiseen. Myös itseluottamus kasvaa onnistuneessa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja luo siten mahdollisuuksia uusien suhteiden muodostamiseen. (McConkey 2005: 474–475.)

Henkilökohtaisen motivaation ja itseluottamuksen lisäksi sosiaalisten suhteiden luomiseen ja ylläpitämiseen tarvitaan ihmissuhdetaitoja, joihin kuuluvat kommunikaatiotaidot, kyky ruumiinkielen, mielialojen ja asenteiden tulkitsemiseen sekä sovinnainen käytös. Hyvillä sosiaalisilla taidoilla herätetään luottamusta ja luodaan positiivinen mielikuva, joka on edellytyksenä suhteen muodostumiselle ja sen syventymiselle. Ihmissuhdetaidot opitaan mallista ja niitä kehitetään palautteen avulla, joten myös kehitysvammaisille on tärkeää saada mahdollisuuksia erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä toimimiseen. Koska kehitysvammaisilla sosiaalisten taitojen oppiminen saattaa kestää kauemmin kuin muilla, tarvitaan monipuolisten sosiaalisten mahdollisuuksien lisäksi myös ohjausta erityisesti sopivaan käytökseen ja muiden huomioon ottamiseen. (Karanka 2001: 165; McConkey 2005: 475; Silvennoinen 1999:65.)

Erityisesti suhteiden ylläpitämiseen tarvittavia sosiaalisia taitoja ovat kyky ristiriitojen ratkaisemiseen sekä tunteiden ilmaisemiseen. Ristiriitojen ratkaisemiseen liittyy olennaisesti empatiakyky, joka edellyttää taitoa ymmärtää ja ennakoida toiselle sanoin tai teoin aiheutettua mielipahaa. Jos ristiriitoja ei kyetä ratkaisemaan, sosiaaliset suhteet eivät voi syventyä. Empatian lisäksi sosiaalisten suhteiden ylläpitämiselle on tärkeää molemminpuolinen tunteiden ilmaiseminen. Kyvyttömyys esimerkiksi anteeksipyytä-

miseen ja kehumiseen heikentää suhteita, ja ilmaisemalla omia positiivisia tunteita suhteita voidaan vahvistaa. Kehitysvammaisilla henkilöillä empatiakyvyn puutteen ja tunteiden ilmaisemisen vaikeuksien katsotaan usein johtuvan vammaisuudesta, vaikka molemmat liittyvät rajoittuneisiin sosiaalisiin mahdollisuuksiin sekä ohjauksen ja opetuksen puutteeseen. (McConkey 2005: 476.)

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla nuoria ohjattiin yksityisen ja julkisen käyttäytymisen erottamiseen sekä soveliaisiin keinoihin lähestyä toisia. Yleisten normien vastaisesti käyttäytyvä henkilö erottuu poikkeavana ja saattaa herättää negatiivisia mielikuvia, jolloin myös riski sosiaalisesta elämästä syrjäytymiseen kasvaa (Karanka 2001: 15; Silvennoinen 1999: 65). Käsittelemällä sopivaan käytökseen liittyviä kysymyksiä tuettiin nuorten sosiaalista ja seksuaalista käyttäytymistä yhteiskunnan normien suuntaan ja siten edistettiin mahdollisuuksia luoda tasa-arvoisia ihmissuhteita myös valtaväestöön. Draama- ja keskustelutehtävillä harjoiteltiin toisen huomioonottamista, tunteiden ilmaisemista ja tulkitsemista sekä ristiriitojen ratkaisua. Kurssi tarjosi osallistujille turvallisen ympäristön omien ihmissuhdetaitojen kokeilemiseen ja kehittämiseen sekä itseluottamuksen kasvattamiseen parantaen siten mahdollisuuksia sosiaalisen verkoston laajentamiseen.

5.2 Ystävyssuhteiden syntyminen

Toisen ihmisen puolesta ei voi ystäväystyä, mutta kehitysvammaisten henkilöiden kohdalla asumismuoto ja liikkumismahdollisuudet vaikuttavat merkittävästi sosiaalisten suhteiden solmimiseen, joten myös lähipiiriin on kiinnitettävä huomiota kontaktien lisäämiseen. Ystävyssuhteet kehittyvät sosiaalisten mahdollisuuksien ja sosiaalisten taitojen vuorovaikutuksessa, joten huomion tulee kohdistua erityisesti näiden kehittämiseen. (Ilmonen 2001: 129–131; McConkey 2005: 471.)

Ystävyssuhteiden luomista edistäviin sosiaalisiin mahdollisuuksiin kuuluvat jäsenyys erilaisissa ryhmissä, tuttavuudet, yhdessä vietetty aika, yhteinen toiminta sekä jaetut huolen aiheet. Tuttavuudet kehittyvät erilaisten ryhmien jäsenyydestä ja kasvavat yhdessä vietetyn ajan kautta ystäväydeksi. Laajan tuttavaverkon luominen on tärkeää myös kehitysvammaisille, jotta mahdollisimman tyydyttäviä ja kestäviä ystävyssuhteita voi muodostua. Kehitysvammaisilla tuttavuudet rajoittuvat kuitenkin usein asuntoloi-

hin, toimintakeskuksiin ja kerhoihin muiden kehitysvammaisten kanssa, jolloin erityisesti kontakti valtaväestöön jää vähäiseksi. (McConkey 2005: 472–473.)

Yhteinen toiminta toisten ihmisten kanssa luo läheisempiä kontakteja ja siten mahdollisuuksia uusien tuttavuuksien ja syvempien ystävyssuhteiden syntymiselle. Toisaalta mitä vähemmän tuttavuuksia henkilöllä on, sitä vähemmän on myös mahdollisuuksia osallistua sosiaaliseen toimintaan. Yksipuoliset harrastukset vähentävät kehitysvammaisten mahdollisuuksia sosiaalisten kontaktien luomiseen ja siten myös erilaisiin vapaa-aikatoimintoihin osallistumiseen, mikä johtaa noidankehään. Kehitysvammaisilla muita kuin ohjattuja harrastuksia on vähän ja niihin ei usein liity sosiaalisia kontakteja. Yleisimmät harrastukset ovat musiikin kuuntelu ja television katselu. Kehitysvammaisia suojellaan turhaan tilanteilta, joissa ei ole valvontaa, jolloin itsenäinen ihmissuhteiden muodostaminen ja harrastusten monipuolisuus kärsivät. Lisäksi kehitysvammaisia ei nähdä henkilöinä, joilta voisi tarvittaessa saada emotionaalista tukea, joten ystävyssuhteet eivät syvenny jaettujen huolien ja tunteiden kautta. (Ilmonen 2001: 131; McConkey 2005: 473–474.)

Sosiaalisia taitoja vahvistamalla mahdollistetaan kehitysvammaisten osallistuminen erilaisten ryhmien toimintaan myös tilanteissa, joissa ohjaajaa ei ole paikalla neuvomassa kuinka lähestyä ihmisiä ja käyttäytyä muiden seurassa. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssi tarjosi mahdollisuuden uusien tuttavuuksien ja ystävyssuhteiden luomiseen kurssin aikana, mutta paransi myös valmiuksia monipuolisten ystävyssuhteiden muodostamiseen kurssin jälkeen. Kurssilla käsiteltiin ystävyyden ja tuttavuuden rajoja sekä pohdittiin ystävyyteen ja hyvään sosiaaliseen kanssakäymiseen liittyviä asioita. Kehitysvammaiset eivät aina ymmärrä omia tunteitaan eivätkä osaa kaikissa tilanteissa tulkitella muiden tunteita, joten puolittuttuakin saatetaan pitää ystävänä, vaikka tunne ei olisi molemminpuolinen (Öhman 1993: 9–10). Kurssi auttoi erittelemään erilaisia sosiaalisen kanssakäymisen tasoja sekä erottamaan hyväksikäytön niistä ja siten edisti tasapainoisten, vastavuoroisten ystävyssuhteiden syntymistä.

5.3 Parisuhde

Kehitysvammaisilla kuten muillakin ihmisillä on tarve löytää itselleen kumppani, jonka kanssa jakaa elämä ja tyydyttää läheisyyden tarpeet (Kaski ym. 2002: 253). Kehitysvammaisilla nuorilla on kuitenkin keskimäärin vähemmän kokemuksia seurustelusta

kuin muilla. Ympäristön asenteet eivät usein rohkaise kehitysvammaisia seurustelusuh-teisiin ja suhteita on vaikea pitää yksityisinä erityisesti asuntoloissa. Heikot mahdolli-suudet itsenäiseen liikkumiseen vaikeuttavat entisestään parisuhteiden muodostamista ja ylläpitämistä. (Ilmonen 2001: 130; McClimens – Combes 2005: 373, 377.)

Kehitysvammaisilla itsetunto voi olla tavallista heikompi ja monilla on kuvitelmia omasta kelpaamattomuudesta sekä epävarmuutta ja tietämättömyyttä parisuhteeseen liittyvistä asioista. Lähipiirin voi olla vaikeaa antaa toivoa tyydyttävästä parisuhteesta, jolloin nuoren fantasiat omasta viehättävyydestä, seurustelusta ja mahdollisesta perheen perustamisesta eivät saa tukea. Monille oman sukupuoli-identiteetin ja viehättävyyden osoittaminen voi olla vaikeaa jos asuntolan ohjaajat tai vanhemmat valitsevat pukeutu-mis-, meikki- ja hiustyyliä tai vartalo ei esimerkiksi cp-vamman takia sovi muotivaattei-siin. (Ilmonen 2001: 130–131; McClimens – Combes 2005: 373–374.)

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla käsiteltiin sekä viehättävyyteen että parisuhteen muodostamiseen liittyviä kysymyksiä ja kannustettiin siten nuoria näkemään omia hy-viä puoliaan sekä rohkaistiin itselle mieluisiin sosiaalisiin suhteisiin. Kurssilla pohdittiin erilaisia tapoja seurustella sekä perustaa perhe ja korostettiin parisuhteen yksilöllisyyttä. Jotta jokaisella olisi mahdollisuus tyydyttävään parisuhteeseen, on tärkeää tietää, ettei-vät kaikki suhteet toimi samalla tavalla. Seurusteleva pari voi tavata toisiaan joka päivä tai kerran viikossa ja perheen voi muodostaa kaksi yhdessä asuvaa ihmistä myös ilman lapsia.

6 NORMALISAATIO

Tanskalainen Niels Erik Bank-Mikkelsen loi normalisaation käsitteen 1950-luvun lo-pussa ja hänen jälkeensä sitä kehittivät Bengt Nirje, Wolf Wolfensberger ja John O'Brien. Nirjen määritelmän mukaan normalisaatiolla pyritään mahdollistamaan kehi-tysvammaisille mahdollisimman lähellä yhteiskunnan tavallisia olosuhteita olevat joka-päiväisen elämän mallit. Wolfensberger korostaa yksilön tai ryhmän mahdollisuutta tulla integroiduiksi yhteiskuntaan ja O'Brienin normalisaatiokäsitys sisältää vaatimuksia palvelujen laadulle. Yleisesti normalisaatio käsitetään kehitysvammaisten oikeudeksi

elää mahdollisimman samanlaista elämää kuin vammattomat. (Ihatsu 1995: 5; Ladonlahti – Naukkarinen ym. 1998: 137–138; Ryttilähti – Siltakorpi 1993: 10–11.)

Opinnäytetyössä käytimme Bengt Nirjen kehittämää normalisaatioperiaatetta, sillä se käsittelee kehitysvammaisen elämää kokonaisuutena ja korostaa sosiaalisten elinolojen merkitystä. Lisäksi Nirjen normalisaatioperiaatetta pidetään kansainvälisesti yhtenä merkittävimmistä normalisaation käsitteen määritelmistä. (Söder 2003: 21; Nirje 2003: 92.)

6.1 Bengt Nirjen normalisaatioperiaate

Nirjen 1960-luvulla kehittämä normalisaatioperiaate syntyi vastauksena kehitysvammaisten erottelevaan ja ihmisoikeuksia loukkaavaan, laitospainotteiseen huoltoon. Kehitysvammaisten laitoshuolto oli jo kohdannut kritiikkiä, mutta kritiikki oli käsitellyt pääasiassa hoidon tehokkuutta. Kehitysvammahuollon tuloksia tarkasteltiin kliinisestä näkökulmasta ja olennaisena nähtiin se, saatiinko huollettavissa aikaan muutoksia. Normalisaatioperiaatteen kehittyminen loi uudenlaista kritiikkiä: olennaisin ongelma laitoshuollossa ei ollut tehottomuus vaan sen ylläpitämät, ihmisarvolle sopimattomat elinolosuhteet. Kysymys kehitysvammaisten kohtuullisista elinoloista muuttui kysymykseksi kansalaisoikeuksista ennemmin kuin tuloksellisesta hoidosta. (Söder 2003: 22–23.)

Normalisaatioperiaatteen keskeisin ajatus on, että kehitysvammaisten tulisi saada elää samoin arkielämän ehdoin, samanlaisissa elämänmalleissa kuin muidenkin tai mahdollisimman lähellä niitä. Nirje jakaa normaalin elämänmallin kahdeksaan alueeseen (taulukko 1). (Nirje 2003: 91.)

TAULUKKO 1. Normalisaatioperiaatteen osa-alueet (Nirje 2003: 91).

1. Normaali päivärytmi
2. Normaali viikkorytmi
3. Normaali vuosirytmi
4. Normaali elämäнкаari
5. Normaali itsemääräämisoikeus
6. Normaalit seksuaalisuuden mallit omassa kulttuurissa
7. Normaalit taloudelliset mallit omassa maassa
8. Normaalit ympäristövaatimukset omassa yhteiskunnassa

Normaalilla päivärytmillä tarkoitetaan kaikkien kehitysvammaisten oikeutta päiviin, joita rytmittävät herääminen ja pukeutuminen aamulla, mielekäs päivä- tai työtoiminta, ruokailut työssä ja kotona sekä nukkumaanmeno oman iän mukaiseen aikaan. Päivärytmissä tulee ottaa huomioon yksilölliset vaihtelut eikä kiinnittyä liiaksi laitosmaisiin, minuutintarkkoihin rutiineihin. Samoin normaalin viikkorytmin vaatimuksiin sisältyy oman iän mukainen toiminta kodin ulkopuolella arkisin ja mahdollisuus vapaa-ajantoimintaan ja lepoon viikonloppuisin. Normaaliin vuosirytmiin kuuluu vuodenaikoihin, uskontoon ja yhteiskuntaan liittyvien sekä henkilökohtaisten juhlapäivien vietto ja perinteiden noudattaminen. Lisäksi vuosirytmissä tulee ottaa huomioon loma-ajat arjesta poikkeavana virkistysenä. (Nirje 2003: 96–103.)

Normaaliin elämäнкаareen sisältyy kehitysvammaisten oikeus elää kaikki kehitysvaiheet mahdollisimman samalla tavalla kuin muutkin ne elävät. Lapsen tulee saada asua kotona tai mahdollisimman pienessä ryhmäkodissa, joka fyysisen hoidon lisäksi tarjoaa läheisyyttä, virikkeitä sekä yhteyden muuhun yhteiskuntaan. Jokaisella vaikeavammaisellakin kouluikäisellä on oikeus omien kykyjen ja itsetuntemuksen kasvattamiseen sekä koulutukseen. Samoin kuin pienillä lapsilla, myös kouluikäisillä on oikeus saada kontakteja muihinkin kuin toisiin kehitysvammaisiin. Nuoruuteen ja aikuisuuteen kuuluu itsenäistyminen, kotoa muuttaminen ja työelämän aloittaminen omien kykyjen mukaan yhteiskunnan ja lähipiirin tukemana. Siirryttyään pois työelämästä myös kehitysvammaisilla on oikeus elää vanhuksina turvallisessa ja mielekkäässä ympäristössä. (Nirje 2003: 103–111.)

Normalisaatioperiaatteen mukaan itsemääräämisoikeuteen kuuluu kehitysvammaisten valintojen, toiveiden, tavoitteiden ja tarpeiden arvostaminen ja huomioon ottaminen niin suuressa määrin kuin mahdollista. Kehitysvammaisilla on oikeus osallistua omaa elämänsä koskeviin päätöksiin ja valita oma tyylinsä, omat vaatteensa ja kodin sisustus niin itsenäisesti kuin mahdollista. Lisäksi kehitysvammaisia tulisi rohkaista perustamaan omia toimikuntia ja osallistumaan keskusteluihin esimerkiksi asuntoloiden säännöistä, rutiineista ja tapahtumista. (Nirje 2003: 111.)

Kehitysvammaisten itsemääräämisoikeutta rajoittaa usein pelko hyväksikäytöstä tai kehitysvammaisten vastuuttomasta seksuaalisesta käyttäytymisestä. Kuitenkin myös kehitysvammaisilla on oikeus elää kaksisukupuolisessa maailmassa, jossa miehet ja naiset ovat tekemisissä keskenään luonnollisella tavalla, eivät pelkästään valvotuissa oloissa. Kehitysvammaisten tulee saada kaikki ymmärrettävissä oleva tieto seksuaalisuudesta sekä perheen perustamisesta, ja heillä on myös oikeus sosiaalisten taitojensa kehittämiseen oman kulttuurinsa mukaisissa olosuhteissa. Nirjen mukaan seksuaalikasvatuksen tavoitteena on tarjota tietoa hyvistä ihmissuhteista ja molemminpuolisesta kunnioituksesta, hygieniasta, ehkäisyvälineistä ja niiden hankkimisesta, sukupuoli-taudeista sekä riskistä tulla hyväksikäytetyksi. Tärkeää on myös tietää, kenen puoleen kääntyä seksuaalisuuteen liittyvissä kysymyksissä tai tilanteissa, joissa on tuntenut itsensä hyväksikäytetyksi. (Nirje 2003: 114–115.)

Normaaleihin taloudellisiin malleihin kuuluu kehitysvammaisten oikeus osallisuuteen myös taloudellisessa kulttuurissa. Kehitysvammaisilla on oikeus yleisen sosiaalilainsäädännön takaamaan taloudelliseen ja sosiaaliseen turvallisuuteen sekä muihin sopiviin taloudellisiin tukitoimiin kuten työkyvyttömyyseläkkeeseen. Myös taloudenhoidossa apua tarvitsevien kehitysvammaisten tulee saada henkilökohtaiseen käyttöönsä viikkoraha rahankäytön harjoitteluun sekä valinnanvapauden ja pystyvyyden tunteen kasvatamiseen. Lisäksi kehitysvammaisten sekä avoimilla työmarkkinoilla että työ- ja toimintakeskuksissa tekemästä työstä on maksettava suhteessa työpanokseen. (Nirje 2003: 116.)

Normalisaatioperiaatteen mukaisiin ympäristövaatimuksiin kuuluu eläminen omassa kodissa tai mahdollisimman luonnollisen kokoisessa tuetun asumisen yksikössä, esimerkiksi ryhmäkodissa. Kehitysvammaisten ryhmäkotien ja asuntoloiden tulee sijaita tavallisilla asuinalueilla, jotta asukkailla olisi mahdollisuus yhteiskunnalliseen osalli-

suuteen ja integraatioon. Fyysisesti vammaisilla on oikeus elää samassa ympäristössä muiden kanssa, tarvittavien apuvälineiden tukemana. Tavallisiin asuntoihin, kouluihin ja työpaikkoihin on järjestettävä liikuntavammaisille sopivat olot ennemmin kuin rakennettava ainoastaan liikuntavammaisille tarkoitettuja tiloja. (Nirje 2003: 117–118.)

6.2 Normalisaatioperiaatteen soveltaminen

Normalisaatioperiaatteen kahdeksan osa-alueen tulisi toimia ohjenuorana lääketieteelliselle, pedagogiselle, sosiaaliselle, lainsäädännölliselle ja poliittiselle työlle, jolloin tulos kehitysvammaisia koskevia päätöksiä tehtäessä on useammin hyvä kuin huono. Normalisaatioperiaatetta voidaan soveltaa kaikkiin kehitysvammaisiin ja kaikkeen heitä koskevaan päätöksentekoon yksilön kuntoutuksesta yhteiskunnallisiin muutoksiin. Tarkoituksena ei ole muuttaa kehitysvammaisia, vaan korostaa kehitysvammaisten oikeutta niihin arkielämän malleihin ja elinehtoihin, jotka nähdään hyvinä ja jotka kussakin kulttuurissa ovat voimassa. Tärkeimpänä ajatuksena on tuoda esille niitä elämän osa-alueita, joilla elämä voidaan tuoda lähelle normaalia kehitysvammaisuuden seuraukset, kehitysvammaisten saama koulutus, heidän sosiaaliset kykynsä sekä oppimisen mahdollisuudet huomioon ottaen. (Nirje 91–93.)

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssi edisti normalisaatioperiaatteen toteutumista normaalin elämänkaaren, itsemääräämisoikeuden ja seksuaalisuuden mallien alueilla. Seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyvän tiedon avulla tuettiin osallistujien mahdollisuutta itsenäiseen päätöksentekoon ja siten parannettiin myös mahdollisuuksia itsenäiseen elämään. Mahdollisimman monipuolisten tietojen tarjoaminen ymmärrettävässä muodossa edistää kehitysvammaisten nuorten toimintaa samoista lähtökohdista muiden ikäistensä kanssa. Seksuaalisuutta ja ihmissuhteita käsiteltiin jokaisen ihmisen elämään kuuluvina osa-alueina sekä hälventää seksuaalisuuteen liittyviä epäluuloja. Nuoria rohkaistiin monipuolisten ihmissuhteiden muodostamiseen ja siten myös aktiivisempaan osallisuuteen yhteiskunnassa.

7 SEKSUAALISUUS JA IHMISSUHTEET -KURSSIN TOTEUTUS

Toteutimme syksyllä 2006 Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssin yhteistyössä Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry:n kanssa. Kurssi oli suunnattu 16–22-vuotiaille kehitysvammaisille nuorille, mutta osallistujiksi hyväksyttiin myös kaksi 26-vuotiasta, joille kurssi oli ajankohtainen. Kurssiin sisältyi seitsemän kontaktikertaa, joista kuudella ensimmäisellä käsiteltiin aiheeseen liittyviä teemoja ja viimeisellä keskusteltiin kurssin toteutuksesta sekä pidettiin yhteinen lopetus. Tapaamiset järjestettiin yhdistyksen tiloissa ja jokainen kontaktikerta kesti 1,5 tuntia.

Kurssista tiedotettiin Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry:n syystiedotteessa ja ilmoittautumiset järjestettiin yhdistyksen kautta. Kurssilla oli nimellinen osallistumismaksu. Alkuperäinen suunnitelma oli ottaa kurssille kahdeksan osallistujaa, mutta hyväksyimme ryhmään vielä yhdeksannen nuoren, koska yksi osallistujista pystyi tulemaan vain kolmelle kontaktikerralle. Kurssin suunnittelu ja kohderyhmän valinta on tehty tiiviissä yhteistyössä Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry:n kanssa.

Kurssi oli suunnattu sekä miehille että naisille, koska seksuaalisuus koskettaa kumpaaikin sukupuolta. Vastakkaista sukupuolta on helpompi ymmärtää, jos siihen liittyvistä asioista on tietoa saatavilla. (Karanka 2001: 11, 27–28.) Kehitysvammahuollon työntekijät ovat yleensä naisia, joten kehitysvammaiset elävät hyvin naisvaltaisessa ympäristössä. Yksisukupuolisuus estää naisten ja miesten luonnollista kohtaamista ja yhdessäoloa, joten kehitysvammaisille on tärkeää tarjota mahdollisuus myös naisten ja miesten väliseen vuorovaikutukseen. (Autio 1992: 37–38.) Koska kurssilla ohjaajia oli kolme, voitiin osallistujat tarvittaessa eriyttää pienempiin ryhmiin, jolloin sekä naispuolisilla että miespuolisilla osallistujilla oli halutessaan mahdollisuus keskustella vain samaa sukupuolta olevien ryhmässä.

Osallistujilta saatiin etukäteen ennakotietolomake, jota Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry käyttää kurssi- ja kerhotoiminnassaan. Lomakkeessa oli mahdollista ilmoittaa osallistujan erityistarpeet, jotka voivat vaikuttaa toimintaan osallistumiseen. Tällaisia olivat sairaudet, erityisruokavalio ja käyttäytymisessä huomioitavat asiat. Lisäksi lomakkeeseen merkittiin lähihenkilö, johon oli tarvittaessa mahdollista ottaa yhteyttä. Muuten tiedonkulkua osallistujien lähipiirin ja meidän välillä edistivät ensimmäisellä

kontaktikerralla jaettu kurssirunko (liite 1), palautelomake (liite 2) ja kurssivihkonen (liite 3). Kurssirunko sisälsi kontaktikertojen ajankohdat, teemat ja sisällöt, ja palaute-lomakkeella kerättiin tietoa kurssin onnistumisesta. Kurssivihkonen sisälsi tietoa kurs-silla käsitellyistä teemoista sekä osallistujien omia pohdintoja ja piirustuksia.

7.1 Ohjauksen lähtökohdat

Kehitysvammaisuus vaikuttaa yksilön kykyyn ymmärtää maailmaa. Ihminen muodostaa todellisuuskäsityksensä työstämällä ja tulkitsemalla ymmärrystasonsa rajoissa aisti-kanavien välittämää informaatiota. Aistikokemuksia jäsennetään luomalla tilalle, ajalle, laadulle, määrälle ja syyille rakenne. Kehitysvammaisella henkilöllä käsitys todellisuudesta on konkreettinen ja käsityksen rakenne yksinkertainen. (Kaski ym. 2002: 188.)

Ymmärryksen kehittyminen on biologisen kypsymisen tulos, eikä sen päätyttyä ymmär-ryksen tasoa voida enää nostaa harjoituksella tai ympäristön muokkaamisella. Virik-keellisen ympäristön ja vaihtelevien kokemusten kautta voidaan kuitenkin vaikuttaa ajattelun sisältöön ja rikastuttaa yksilön todellisuuskäsitystä hänen omalla ymmärrysta-sollaan. Ajattelun sisältöön vaikuttavat kasvatus ja sen tarjoamat kokemuksen mahdolli-suudet. (Kylén 1989: 11–12.)

Kokemusten ja virikkeiden puute aiheuttavat keskittymisvaikeuksia, puutteellisen todel-lisuuskäsityksen, todellisia kykyjä heikomman ymmärryksen sekä vaikeuden käsitellä kokonaisuuksia. Kehitysvammaisen henkilön vuorovaikutusta ympäristön kanssa häirit-sevät riittämättömät mahdollisuudet vaikuttaa omaan tilanteeseensa sekä puutteelliset tiedolliset ja tunne-elämän virikkeet. Tämän seurauksena henkilö voi muuttua välinpi-tämättömäksi, masentuneeksi, avuttomaksi, aggressiiviseksi ja itseään vahingoittavaksi. (Kaski ym. 2002: 190.)

Kehitystä tuetaan opetuksella ja ohjauksella, joiden avulla kasvattaja välittää kasvatetta-valle ympäristöä tavalla, jonka tämä pystyy vastaanottamaan (Kaski ym. 2002: 188). Mielekkään ja hyödyllisen ohjauksen suunnittelu vaatii ohjattavan lähtökohtien ymmär-tämistä. Ennakkokäsitykset ohjattavien ymmärrystasosta eivät saa rajoittaa ohjauksen suunnittelua liikaa, mutta ne antavat tarpeellista tietoa osallistujista.

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla huomioitiin jokainen osallistuja yksilöllisesti ja ohjausta suunnattiin heidän tarpeidensa mukaan. Kolmen ohjaajan läsnäolo mahdollisti yksilölliset ratkaisut ohjauksessa. Yksilöllisillä ratkaisuilla tarjottiin osallistujille heidän kykyjään vastaavia haasteita ja vaihtelevilla menetelmillä aikaansaatiin virikkeellinen ympäristö.

Kurssista ei haluttu tehdä koulumaista opettajälähtöistä toimintaa. Ohjaajina emme kuitenkaan olleet ystävien tai vertaisten roolissa, vaan meillä oli kurssin järjestäjänä auktoriteettiasema suhteessa osallistujiin. Auktoriteetin tehtävät yhteisössä ovat yhteistoiminnan sujuvuudesta huolehtiminen ja päämäärien asettaminen toiminnalle (Puolimatka 1999: 255).

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla ohjaajien tehtävänä oli tukea ja neuvoa osallistujia sekä luoda turvallinen ja avoin ilmapiiri. Kannustimme osallistujia pohtimaan, kertomaan mielipiteitään ja osallistumaan luovaan toimintaan. Käsiteltävien aiheiden henkilökohtaisuuden vuoksi muistutimme, ettei osallistumista tarvitse pelätä. Turvallisuutta vahvistimme huolehtimalla myös keskusteluiden sujumisesta ja osallistujien asiallisesta käyttäytymisestä. Vaikka toiminta oli välillä hyvin vapaamuotoista, varmistimme, etteivät osallistujat käyttäytyneet sopimattomasti tai häirinneet muiden työskentelyä. Ohjasimme keskusteluita tavoitteiden mukaisesti ja huolehdimme siitä, että kaikilla oli mahdollisuus osallistua.

Toiminnan tarkoituksena ei ollut vain ohjaajien ja osallistujien välinen vuorovaikutus vaan osallistujia rohkaistiin myös keskinäiseen vuorovaikutukseen. Koska kurssin tavoitteena oli lisätä osallistujien sosiaalisia valmiuksia, olivat työskentelytilanteet hyviä harjoittelumahdollisuuksia. Yleensä osallistujat tarvitsivat kuitenkin keskustelun tueksi ohjausta. Tehtävänämmä oli vastata keskustelun etenemisestä kertomalla käsiteltävästä aiheesta tai esittämällä osallistujille kysymyksiä.

Seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyvän ohjauksen tekevät haastavaksi vahvat tunteet ja mielipiteet. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla käsiteltiin paljon kysymyksiä, joihin ei ollut oikeita vastauksia annettavina. Tällöin ohjaus oli yhdessä pohtimista ja osallistujien omien tunteiden korostamista. Emme voineet määritellä, millainen sukupuoli tai seksuaalisuus on yksittäisen osallistujan kannalta paras valinta, vaan osallistujia kannustimme itse miettimään omia tarpeitaan ja halujaan. Tällä tuimme osallis-

tujien omaa päätöksentekokykyä. Auktoriteettia käytettäessä tulisikin vahvistaa kehitystä niin, että se edistää riippumattomuutta auktoriteetista. Väärin auktoriteettia käytetään, kun se vahvistaa riippuvuutta kasvattajan persoonasta tai mielipiteistä. (Puolimatka 1999: 257).

7.2 Kontaktikertojen rakenne

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssiin sisältyi seitsemän 1,5 tunnin pituista kontaktikertaa. Ensimmäinen kerta oli varattu tutustumiseen ja ryhmäytymiseen ja viimeinen kerta yhteiseen lopetukseen. Koska käsittelimme kurssilla henkilökohtaisia asioita ja työskentelimme paljon ryhmissä, oli tärkeää luoda avoin ja luottamuksellinen ilmapiiri jo ensimmäisellä kontaktikerralla. Viimeisellä tapaamisella kertasimme käsiteltyjä asioita ja saimme palautetta kurssin onnistumisesta. Osallistujien kannalta oli tärkeää saada kurssille selkeä lopetus.

Ensimmäistä ja viimeistä kontaktikertaa lukuun ottamatta tapaamiset etenivät saman rakenteen mukaan. Koska osallistujat saapuivat kuljetuspalveluiden takia eri aikoihin, oli tapaamisten alusta varattu aikaa yleiseen keskusteluun. Huomioimme jokaisen osallistujan kysymällä hänen kuulumisiaan. Kuulumisten vaihdon jälkeen huomio saatiin siirrettyä osallistujien omista asioista yhteiseen teemaan. Ennen uuden aiheen käsittelyä kertasimme edellisellä kerralla opittuja asioita. Uuteen teemaan orientoituminen tapahtui selkotarinoiden, musiikin, videoiden tai piirtämisen kautta, minkä jälkeen jakautuimme työskentelemään pienempiin ryhmiin.

Työskentelyvaiheessa syvennyttiin kontaktikerran teemaan erilaisten menetelmien avulla. Näitä olivat keskustelut, pelit ja piirtäminen. Keskustelujen tukena käytimme selkokuvia ja konkreettisia tavaroita. Vaihtelimme menetelmiä, jotta työskentely pysyisi mielenkiintoisena ja jokainen osallistuja pystyisi hyödyntämään omia vahvuuksiaan. Pienryhmätoiminnan jälkeen työskentelyn tulokset jaettiin koko ryhmän kanssa. Osallistujat pääsivät esittelemään tuotoksensa toisten ryhmien jäsenille ja jakamaan tietojaan. Ryhmien näkökulmat käsiteltävään asiaan vaihtelivat, joten tiedot täydensivät toisiaan.

Kontaktikertojen loppuun varasimme aikaa rauhoittumiselle ja aiheesta irtautumiselle. Kerroimme osallistujille seuraavan tapaamisen aiheen ja keskustelimme työskentelymenetelmiä koskevista toiveista. Motivoimme osallistujia antamalla positiivista palautetta

ja korostimme seuraavan aiheen mielenkiintoisuutta. Tämän jälkeen siirryttiin teemasta takaisin arkisiin asioihin. Jokaisen kerran lopuksi kuuntelimme osallistujien tuomaa musiikkia ja he halusivat usein tanssia tai esiintyä muille.

7.3 Teemat ja osatavoitteet

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssin kokonaistavoitteena oli lisätä nuorten sosiaalisia valmiuksia ja parantaa heidän kykyään tehdä itsenäisiä päätöksiä. Kokonaistavoitteemme mukailee Katriina Bildjuschkinin ja Ari Malmbergin (2000) seksuaalikasvatukselle asettamia tavoitteita saada nuori tiedostamaan seksuaalioikeutensa ja ymmärtämään niiden merkitys omalla kohdallaan. Valintoja tulisi tehdä omista lähtökohdista, eikä siksi että nuoren odotetaan toteuttavan jotain tiettyä käyttäytymismallia. Nuorella tulee olla mahdollisuus muodostaa myönteinen seksuaali-identiteetti ja tehdä itsenäisiä päätöksiä. (Bildjuschkin – Malmberg 2000: 49.)

Käsittelimme kurssilla seksuaalisuutta ja ihmissuhteita kuuden teeman kautta, joista jokaisella oli omat osatavoitteensa. Taulukossa 2 on esitelty kurssin teemat sekä niihin liittyvät tavoitteet. Tavoitteet on muodostettu osallistujien näkökulmasta ja niillä viitataan tietoihin tai taitoihin, jotka halusimme osallistujien omaksuvan kyseisellä kontaktikerralla.

TAULUKKO 2. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssin teemat ja osatavoitteet.

TEEMA	TAVOITTEENA
Ystävyys	tutustuminen ymmärtää mitä ystävyydellä tarkoitetaan
Naiseksi ja mieheksi kehittyminen ja hygienia	saada perustiedot aikuiseksi kehittymisestä ja kehossa tapahtuvista luonnollisista muutoksista ymmärtää hygienian merkitys ja tietää perusasiat henkilökohtaisen hygienian hoidosta
Seurustelu	ymmärtää ystävyys ja seurustelun ero tietää että seurustelusuhteessa on kyse vastavuoroisesta suhteesta
Omat ja toisen rajat	ymmärtää yksityisen ja julkisen käyttäytymisen ero tietää oma oikeus koskemattomuuteen tunnistaa myös toisten oikeus koskemattomuuteen

Ehkäisy ja sukupuolitaudit	tietää mitä ehkäisy tarkoittaa ja miksi sitä käytetään tietää mistä voi tarvittaessa saada lisätietoa ja ohjeita
Perhesuhteet	tiedostaa erilaisten perheiden olemassaolo tietää, että perheenjäsenten välille voi syntyä konflikteja ja kykenee pohtimaan rakentavia tapoja selvittää näistä tilanteista

Teemojen valinnassa ja tavoitteiden asettamisessa huomioimme käytettävissä olevan ajan ja ryhmäkoon. Koska kyseessä oli lyhytkestoinen kurssimuotoinen opetus, emme kokeneet tarkoituksenmukaiseksi yrittää käydä kaikkia seksuaalikasvatukseen ja ihmissuhteisiin liittyviä teemoja läpi. Tällöin opetus olisi helposti jäänyt pintapuoliseksi sen sijaan, että osallistujilla olisi aidosti ollut mahdollisuus paneutua käsiteltyihin aiheisiin. Teemoihin liittyvät rajaukset mahdollistivat toimivan kokonaisuuden muodostamisen.

Aloitimme kurssin ystävyys -aiheella, koska useimmilla on siitä joitain kokemuksia tai edes mielikuva mitä ystävyys tarkoittaa. Aiheeseen ei sisällynyt suurta opeteltavaa tietomäärää, jolloin kurssilaisten oli mahdollista tutustua ja totutella uuteen ryhmään. Tällöin myös meillä ohjaajilla oli hyvä mahdollisuus havainnoida osallistujien kykyjä ja tarpeita. Havaintojen pohjalta tarkensimme alustavaa kurssisuunnitelmaa ja työskentelymenetelmiä.

Aikuiseksi kehittyminen ja siihen liittyvät kehonmuutokset ovat keskeinen osa nuoren itsenäistymistä. Fyysiset muutokset voivat olla suuria ja ymmärtääkseen omaa kehoaan tulee yksilön saada asiallista tietoa kehityksestään. Konkreettisimmin minuus ja erillisyyks muista ihmisistä koetaan oman kehon kautta. Jos oma keho on tuntematon alue, tunne kehon kuulumisesta itselle hämärtyy. Tällöin se saatetaan kokea vain vanhemmille tai hoitajille kuuluvana hoivan kohteena. Henkilö joka ei koe kehoaan omaksi on altis seksuaaliselle hyväksikäytölle ja fyysiselle väkivallalle. (Karanka 2002.)

Oman kehon osien tunnistaminen ja nimeäminen on tärkeää. Sukupuolielinten ja erogeenisten alueiden erottaminen on erityisen keskeistä niiden intiimiyden ja sukupuolen tunnistamisen vuoksi. (Karanka 2002.) Kurssilla käsiteltiin perusasioita naiseksi ja mieheksi kehittymisestä. Ohjasimme osallistujia kysymään tarkempia terveyteen liittyviä kysymyksiä terveydenhuollon ammattilaisilta.

Kehonmuutosten mukana myös hygieniaan liittyvät tarpeet muuttuvat. Tavoitteena oli kannustaa osallistujia pohtimaan hygienian merkitystä ja tätä kautta huolehtimaan omasta puhtaudestaan. Hygieniaan liittyy fyysisen terveyden lisäksi myös sosiaaliseen kanssakäymiseen vaikuttavia puolia. Epäsiisteys voi olla luotaantyöntävää ja näin vaikeuttaa sosiaalisten suhteiden luomista. Omasta hygieniasta huolehtiminen on myös tapa olla itsenäinen ja konkreettisesti vaikuttaa omaan hyvinvointiin. (Kaski ym. 2002: 234.)

Seurustelua käsitellessämme korostimme suhteen vastavuoroisuutta. Keskeistä oli saada osallistujat ymmärtämään, että seurustelussa on kyse kahden ihmisen yhteisestä päätöksestä olla yhdessä. Tällä halusimme vahvistaa osallistujien käsitystä omasta päätösvalasta ja oikeudesta vaikuttaa omiin ihmissuhteisiin. Myös ystävyys ja seurustelun erottaminen toisistaan oli osa tavoitettamme. Yksilöllä voi olla paljon tyydyttäviä ihmissuhteita ilman parisuhdettakin, ja väärinkäsitysten välttämiseksi on hyvä tiedostaa millaisesta suhteesta kulloinkin on kyse. Tärkeintä on kuitenkin elää yhdessä sellaisen ihmisen kanssa, jonka kanssa voi kokea kiintymystä ja kokea olevansa tärkeä (Kaski ym. 2002: 255).

Omat ja toisen rajat -teeman tavoitteina olivat erottaa yksityinen ja julkinen käyttäytyminen sekä tunnistaa oma ja toisten oikeus koskemattomuuteen. Nuoren on saatava tietoa yhteiskunnassa vallitsevista lausutuista ja lausumattomista seksuaalisuutta koskevista käyttäytymissäännöistä kuten siitä millaisissa tilanteissa itsetyydytys on sopimatonta. Omien ja toisten oikeuksien kunnioittaminen on toisten huomioimista omista oikeuksista luopumatta (Autio 1992: 27; Kaski ym. 2002: 225).

Nuorella tulee olla ehkäisystä ja sukupuolitaudeista tietoa ennen tarvetta. Ehkäisyn ja sen käytännönjärjestelyiden tulee olla nuoren tiedossa ennen ensimmäistä yhdyntää. Tärkeitä tietoja ovat mistä nuori saa omalla paikkakunnallaan ehkäisyä ja miten sitä haetaan. (Bildjuschkin - Malmberg 2000: 52.) Ehkäisy ja sukupuolitaudit -teemaan liittyy paljon monimutkaisia käsitteitä ja tietoa. Tavoitteena oli selittää, mitä ehkäisyllä tarkoitetaan ja miksi se on merkityksellistä. Tiedot ovat tärkeitä, koska nuorilla voi olla enemmän intoa kuin tietoa. Pystyäkseen olemaan vastuullinen ehkäisyasioissa on niistä saatava riittävästi ymmärrettävissä olevaa tietoa. Aiheeseen liittyvissä tarkemmissa kysymyksissä ja ongelmatilanteissa neuvoimme osallistujia ottamaan yhteyttä terveydenhuollon työntekijöihin.

Perhesuhteiden käsittely oli erittäin tärkeää, koska kurssille osallistuvat nuoret tulivat hyvin erilaisista lähtökohdista. Osa osallistujista asui asuntoloissa, toiset vielä vanhempiensa tai yhden vanhemman kanssa. Perhesuhteista puhuttaessa halusimme korostaa, ettei ole olemassa vain yhtä oikeaa perhemallia. Perhesuhteet liittyvät osallistujien lapsuudenperheen ja nykyisen ympäristön lisäksi myös tulevaisuudensuunnitelmiin ja toiveisiin. Omien lasten saaminen, itsenäisesti asuminen tai kumppanin löytäminen eivät ole itsestäänselvyksiä. Tällöin on tärkeää tiedostaa, ettei perhettä saadaksesen tarvitse täyttää tarkasti rajattua mallia. Perhe voi muodostua yksilölle tärkeistä ihmisistä, vaikka he eivät kuuluisikaan perinteiseen ydinperhe-malliin.

8 MENETELMÄT

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssin menetelminä olivat ryhmän käyttö sekä erilaiset luovat menetelmät. Ryhmätyöskentelyllä mahdollistettiin monipuolisten ajatusten syntyminen kurssin aiheista sekä vuorovaikutuksellinen toiminta. Pienryhmätyöskentelyn avulla voitiin ottaa huomioon kurssilaisten yksilölliset tarpeet ja osallistumisvalmiudet siten, että jokainen pääsi osallistumaan toimintaan itselle miellyttävällä tavalla. Luovan toiminnan tarkoituksena oli helpottaa vaikeiden asioiden oppimista tekemisen kautta sekä mahdollistaa itseilmaisu myös niille kurssilaisille, joille keskusteluihin osallistuminen oli vaikeaa. Lisäksi luovia menetelmiä käytettiin rentoutumiseen raskaiden asioiden jälkeen sekä virkistäytymiseen, jotta kaikki jaksaisivat keskittyä käsiteltäviin asioihin.

Työskentelyn tukena käytimme kurssilla selkokielisiä tarinoita ja muuta selkomateriaalia. Selkokieli tarkoittaa kieltä, jota on tietoisesti muokattu tekstin luettavuuden ja ymmärrettävyyden parantamiseksi. Tekstin tavoitteena on tiedon välittäminen lukijoille, joiden vastaanottokyvyssä on puutteita. Opetusta ja oppimateriaalin käyttöä suunniteltaessa on huomioitava oppijan kyvyt ja tarpeet, sillä jokaisella ihmisellä on oikeus saada tietoa ymmärrettävässä muodossa ja osallistua tasa-arvoisena jäsenenä sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Kehitysvammaisen oppilaan käsitys- ja hahmotuskyvyn ongelmien vuoksi selkokiehisen oppimateriaalin käyttö on tärkeää. Selkokuvat täydentävät puhetta tai tekstiä laajentaen oppilaan käsityksiä asioista. Kuvat tukevat käsiteltävien asioiden

oppimista ja ymmärtämistä. (Fadjukoff 1998: 426–428; Laurinen 1994: 33; Turunen 1994: 21,31; Virtanen 2002: 85.)

Kurssilla käytettiin selkokuvia teoksesta Iloinen soturi ja suloinen kuningatar - seksuaalikasvatuksesta (Ilmonen – Karanka 2001). Niiden avulla käsiteltiin naiseksi ja mieheksi kehittymistä, henkilökohtaista hygieniaa sekä erilaisia perheitä. Selkokuvat helpottivat asioiden ymmärtämistä herättäen osallistujissa paljon keskustelua ja mielenkiintoa. Hygieniaa ja ehkäisyä käsiteltiin videoiden Suosion salaisuus ja Mistä lapset tulevat? avulla. Videot olivat hyvä lisä ohjaukseen, mutta opetusta ei voida jättää kokonaan niiden varaan (Kempton 1993: 87–88).

Kurssia varten teimme pelit aiheista Omat ja toisen rajat sekä Ehkäisy ja sukupuolitaudit. Osa Omat ja toiset rajat -pelissä käytetyistä kysymyksistä on nähtävissä liitteenä olevassa kurssivihkosessa. Sukupuolitauteja ja ehkäisyä koskevat kysymykset käsittelivät sukupuolitautilien tarttumista, ehkäisyvälineiden hankintaa sekä niiden käyttöä. Pelien tarkoituksena oli monipuolistaa ohjausta ja selkeyttää asioiden käsittelyä valmiiden kysymysten avulla. Kysymykset laadittiin selkeiksi, mutta niihin vastaaminen vaati osallistujilta pohdintaa ja keskustelua. Pelien avulla selvitettiin osallistujien tietoja käsitellyistä teemoista sekä mielipiteitä ja käsityksiä oikeasta ja väärästä. Niiden avulla ylläpidimme mielenkiintoa ja jokainen sai vuorollaan mahdollisuuden vastata kysymyksiin ja väittämiin. Ehkäisyä ja sukupuolitauteja käsittelevässä pelissä käytettiin kysymyskortteja ja Omat ja toisen rajat -pelissä oli lisäksi pelilauta. Selkeät muodot ja värit helpottivat pelien hahmottamista.

8.1 Ryhmän käyttö

Johonkin kuuluminen, hyväksytyksi tuleminen ja osallistuminen ovat yksilön persoonallisuudelle tärkeitä asioita. Ryhmään osallistuessaan ja sen toimintaan vaikuttaessaan yksilö joutuu jatkuvasti suhteuttamaan itseään ympäristöönsä ja vetämään rajaa sen ja itsensä välille. Tämä lisää ihmisen tietoisuutta ympäröivästä maailmasta ja hänen omasta suhteestaan siihen. (Himberg - Jauhiainen 1998: 96.) Tämä oli tärkeänä lähtökohtana, kun suunnittelimme Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssia. Ryhmässä toimimisen taito on osa ihmissuhteiden luomista ja toisten huomioiminen ja hyväksyminen keskeisiä osia toimivassa vuorovaikutuksessa. Pidimme tärkeänä myös jokaisen oikeutta tuntea itsensä hyväksytyksi ja mahdollisuutta vaikuttaa ryhmän toimintaan. Kun ihminen luottaa ky-

kyihinsä ja tuntee olevansa hyväksytty omana itsenään, hänellä on paremmat mahdollisuudet tehdä oman kehityksensä ja kasvunsa kannalta hyviä päätöksiä.

Satunnainen joukko yhteen kerääntyneitä ihmisiä ei ole vielä ryhmä, vaan osallistujien välille on ensin synnyttävä vuorovaikutusta. Ryhmän koolla on suuri merkitys henkilökohtaisen vuorovaikutuksen syntymisessä. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssin osallistujamäärää suunnitellessamme otimme huomioon, että jäsenten välinen vuorovaikutus toteutuu parhaiten pienryhmässä, jossa on kolmesta kahteentoista jäsentä. (Laine – Ruishalme – Salervo – Sivén – Välimäki 2001: 156.)

Halukkaita osallistujia kurssille olisi ollut huomattavasti enemmän kuin meidän oli mahdollista ottaa. Ryhmän kokoa haluttiin tietoisesti rajoittaa käsiteltävien aiheiden intiimiyden vuoksi. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet ovat suuria voimavaroja, mutta niiden käsittelyyn liittyy myös häpeää, estoja ja pelkoja. Myös toiveet, unelmat ja epärealistisetkin odotukset ovat osa nuoren kasvua ja tutustumista itseen ja toisiin. On erittäin tärkeää, että seksuaalisuudesta ja ihmissuhteista voi keskustella rauhassa ilman suurta yleisöä. Kurssin osallistujamäärä mahdollisti sekä pienryhmätyöskentelyn että tarvittaessa henkilökohtaiset keskustelut.

Keskeisenä tavoitteena ryhmän toiminnassa oli luoda turvallinen ja luottamuksellinen ilmapiiiri sekä osallistujien keskinäiselle vuorovaikutukselle että ohjaajien ja kurssilaisien välille. Ryhmän turvallisuus on tärkeää, koska se antaa osallistujille mahdollisuuden olla oma itsensä ja ilmaista itseään. Jokaisella on mahdollisuus parantaa heikkouksiaan ja hyödyntää vahvuuksiaan. (Laine ym. 2001: 157.) Sosiaalisessa kanssakäymisessä on tiettyjä yhteisön määrittelemiä sääntöjä ja sosiaalisia taitoja voi kehittää. Halusimme kuitenkin korostaa jokaisen vahvuuksia ja muistuttaa, etteivät ihmissuhteet ole pelkästään tietoista toimintamallien toteuttamista. Jokaisella on oikeus ilmaista tunteitaan, eikä tällä alueella ole aina yksiselitteistä rajaa oikean ja väärän välillä.

Ryhmän työskentely ei ole aina ongelmaton. Sen vahvimmat puolet kuten yhteistointa tai yhteiset tavoitteet voivat kääntyä myös heikkouksiksi. Tällöin ryhmä alkaa sietää huonosti yksilöllistä toimintaa ja eriäviä mielipiteitä. (Himberg - Jauhiainen 1998: 109.) Ryhmä koostuu yksilöistä, joilla on omat ajatuksensa, tunteensa ja lähtökohtansa. Vaikka ryhmällä onkin yhteinen tavoite tai kiinnostuksenkohde, se on enemmän kuin osiensa summa. Tämän vuoksi pyrimme kiinnittämään jokaiseen huomiota myös yksi-

lönä. Huomioiminen tapahtui mielipiteiden ja voinnin kyselemisellä tai kahdenkeskisillä keskusteluilla. Jokaiselle annettiin mahdollisuus kertoa henkilökohtaisesti tuntemuksistaan, eikä keneltäkään viety osallistumismahdollisuutta puutteellisten kommunikointitaitojen tai hitaan ilmaisuuden vuoksi.

Koska ryhmä koostuu yksilöistä, ei kaikkien osallistujien välinen vuorovaikutus ole yhtä toimivaa. Kurssilla konflikteja aiheuttivat rauhattomuus, kova äänenkäyttö tai toisten koskettelu. Toisten oli vaikeampi kestää hälyä tai työskennellä tietyn ryhmän jäsenen kanssa. Osallistujien välillä oli myös eroja siinä kuinka paljon nautittiin keskusteluista, toiminnasta, kuuntelemisesta tai audiovisuaalisesta materiaalista. Mikään toiminta ei ollut pakollista, mutta edellytimme, että toisille tulee antaa mahdollisuus osallistua toimintaan. Jos joku oli levoton tai ilmaisi, ettei halua osallistua, ohjasimme henkilön syrjemmälle ja tarvittaessa keskustelimme miksi osallistuminen ei ollut kiinnostavaa. Kurssilaisella oli mahdollisuus liittyä toimintaan uudestaan, kun hän koki sen taas mielekkääksi.

Jos ryhmä on kiinteä, osallistujien on helpompaa sitoutua ja osallistua aktiivisesti yhteiseen toimintaan. Ryhmän kiinteys eli koheesio syntyy, kun tehtävät herättävät mielenkiintoa, ryhmän jäsenet pitävät toisistaan ja ryhmä kokee olevansa arvostettu. Tällaisessa ryhmässä myös ongelmatilanteita voidaan kohdata rakentavasti. (Laine ym. 2001: 159–160.) Kiinteässäkin ryhmässä ei aina pystytä ennaltaehkäisemään konflikteja. Tärkeämpää olisikin kiinnittää huomiota siihen, miten ongelmatilanteista selvitään. Ne voivat toimia myös ryhmää vahvistavina ja työskentelyä parantavina tilanteina, jos niistä kyetään jatkamaan eteenpäin.

Kurssin osallistujien välillä avoimet konfliktit olivat harvinaisia. Yleensä toista osallistujaa kohtaan tunnetut epämiellyttävät tunteet ilmaistiin poistumalla tämän läheisyydestä. Ryhmän toimivuuteen vaikutimme myös pienryhmien kokoonpanolla. Osallistujat, joilla oli selkeitä vaikeuksia työskennellä yhdessä, laitettiin eri ryhmiin. Pienryhmät eivät kuitenkaan pysyneet samoina koko kurssin ajan, koska halusimme, että jokaisella olisi mahdollisuus työskennellä erilaisten ihmisten kanssa.

8.2 Pienryhmätyöskentely ja yksilölliset keskustelut

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssin ryhmä määritellään kokonsa vuoksi pienryhmäksi, mutta tässä yhteydessä käytämme termiä pienryhmä tarkoittamaan koko ryhmästä jaettuja muutaman hengen ryhmiä. Pienryhmätyöskentelyssä jaoin osallistujat kahteen tai kolmeen ryhmään, jolloin ryhmäkoko oli 2–5 henkilöä ohjaajan lisäksi. Alkuperäisessä suunnitelmassamme oli tarkoitus jakaa ryhmä vain kahteen osaan, mutta ensimmäisen kontaktikerran jälkeen huomasimme, että työskentelyä voisivat helpottaa vieläkin pienemmät ryhmät.

Pienryhmien käytössä etuna on jokaisen mahdollisuus osallistua aktiivisesti. Kun osallistujia on vähemmän, jää jokaiselle enemmän aikaa ja tilaa esittää mielipiteitään ja kysymyksiä. Tällöin myös mielenkiinto käsiteltävään asiaan säilyy helpommin ja osallistujat malttavat odottaa omaa vuoroaan paremmin kuin suuressa ryhmässä. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla oli osallistujia, joiden keskittyminen herpaantui helposti ja tämä vaikeutti kyseisten osallistujien lisäksi myös muiden työskentelyä. Pienryhmissä meidän ohjaajien oli helpompi kontrolloida tilannetta niin, että keskustelut ja toiminta etenivät sujuvasti ja kaikki pääsivät osallistumaan.

Kun aiheena oli naiseksi ja mieheksi kehittyminen, oli pienryhmäjaon perusteena sukupuoli. Tällöin naispuoliset osallistujat muodostivat keskenään ryhmän ja miespuoliset oman ryhmänsä. Aihetta käsiteltiin yhdessä ennen ja jälkeen pienryhmätyöskentelyn, mutta tarkemman kehityksen käsittely jätettiin pienryhmiin. Tällä pyrittiin takaamaan työskentely- ja keskustelutilanne, joka olisi osallistujien kannalta mahdollisimman miellyttävä ja vaivaton. Molemmissa ryhmissä käsiteltiin selkokuvien avulla myös vastakkaisen sukupuolen kehitystä.

Aikuiseksi kehittymistä käsittelevää kertaa lukuun ottamatta pienryhmät olivat seka-ryhmiä, joissa oli molempien sukupuolien edustajia. Monet seksuaalisuutta ja ihmissuhteita koskevat asiat koskettavat molempia sukupuolia ja vastakkaisen sukupuolen edustajien ajatukset voivat olla kiinnostavia. Yhdessä keskustelemalla voidaan poistaa ennakkoluuloja vastakkaisen sukupuolen odotuksista, sukupuolisidonnaisista rooleista tai hälventää pelkoja, joita kehon muutokset ja toiminnot aiheuttavat. Myös ongelmat ja vastuut ovat usein yhteisiä. Näitä ovat kysymykset osaanko, kykenenkö, kumman vastuulla ehkäisy on, mitä minulta odotetaan ja milloin on oikea aika.

Yksilölliset keskustelut eivät kuuluneet varsinaiseen kurssisuunnitelmaamme, mutta olimme varautuneet järjestämään niitä osallistujien halun ja tarpeen mukaan. Keskusteluita käytiin, jos joku vaikutti mietteliäältä tai levottomalta. Kysyimme osallistujalta aina hänen halukkuuttaan keskustella, ja hänellä oli mahdollisuus kieltäytyä. Osallistujat lähestyivät myös meitä ohjaajia ilmaisemalla halunsa keskustella kahden kesken. Kursin osallistujia vaivanneita asioita olivat ehkäisy, lapset ja näiden kasvatus tai synnytys. Tällöin kahdenkeskiseen keskusteluun osallistunut ohjaaja yritti selvittää kuinka kiireellisestä tai vaikeasta asiasta oli kyse. Jos asia ei ollut kiireellinen, luvattiin siitä keskustella kyseistä aihetta käsittelevällä kerralla enemmän.

8.3 Luovat toiminnot

Luovan toiminnan tarkoituksena on kehitysvammaisen ihmisen oman persoonallisuuden, keskittymisen ja tunteiden tuntemisen sekä itsensä ymmärtämisen tukeminen. Luova toiminta auttaa myös työstämään omaan elämäntilanteeseen liittyviä ongelmia sekä leikkimään ja rentoutumaan. Luovaan toimintaan sisältyy paljon tekemisen iloa ja onnistumisen kokemuksia. Luovan toiminnan työmuotoja ovat esimerkiksi musiikki, teatteri, kuvataide ja liikunta. Kurssilla käytetty luova toiminta oli kasvatuksellista ja viihdettä, mutta eri muotoja voidaan käyttää myös terapiana, terapeuttisena toimintana sekä harrastuksena. (Hämäläinen 2001: 67; Kaski ym. 2002: 243.)

Luovuuden alueella ei tarvitse pelätä epäonnistumista, joten taiteen tekemisen avulla voidaan kompensoida niitä tappion kokemuksia, joita kehitysvammaisen saattaa muutoin arkielämässään kokea. Taidetoiminnan avulla voidaan myös ennaltaehkäistä kehitysvammaisten mielenterveysongelmia ja korjata jo syntyneitä vaurioita. Taiteen merkitys onkin suuri kehitysvammaisen psyykkisen minän rakentajana ja itsetunnon lisääjänä (Ahonen 1997: 97–98). Tunne että työskentelee itsenäisesti, on riippumaton muista ja voi tehdä päätöksiä, on tärkeä kehitysvammaiselle, joka on usein muista riippuvainen psyykkisesti ja fyysisesti (Hintsala 1994: 24).

Pedagoginen draama on kasvatuksellista ja opetuksellista toimintaa, jossa yhdistyvät sana, ääni, kuva, liike ja musiikki. Opetusmenetelmänä draamalla on selvät kasvatukselliset tai opetukselliset päämäärät. Ohjaajan osuus on toiminnan motivoinnissa, suunnittelussa ja tavoitteiden asettamisessa. Hän antaa tehtäviä ja pyrkii rohkaisemaan osallis-

tujia mukaan. Ohjaajan osallistuessa kuviteltuun tilanteeseen, vaikuttaa hän draaman kulkuun sisältä päin. Pedagogisen draaman avulla voidaan käsitellä yksittäistä teemaa, opiskella uusia asioita sekä yhdistää sadut ja elämykset draamalliseksi muodoksi. Draamassa siirrytään todellisuudesta mielikuvituksen kautta leikkiin, jolloin ollaan joku toinen jossakin toisessa paikassa. (Helenius – Jäälinoja – Sormunen 2000: 23; Lintunen 1996: 36.)

Keskeinen draaman vahvuus on sen hyödynnettävyys lähes minkä tahansa asian opettamisessa. Sen avulla voidaan käsitellä arkisia asioita tai lähestyä turvallisen välimatkan päästä vaikeita tai hankalia kokemuksia. (Kanerva – Viranko 1997: 110; Kempton 1993: 83–84.) Kurssilla draamaa käytettiin erilaisten asioiden opettamiseen. Sen avulla harjoiteltiin selviytymistä riitatilanteista ja sanomaan ei. Konkreettiset harjoitukset helpottivat asioiden ymmärtämistä ja oppimista.

Kuvataiteen tekemisen tavoitteena on vahvistaa ihmisen omanarvontuntoa ja itsensä hyväksymistä. Kuvallinen ilmaisu toimii myös kommunikaatiokeinona. Se toimii parhaimmillaan tehokkaana työvälineenä vuorovaikutuksen luomisessa ja syventämisessä. Luova työskentely muiden kanssa kehittää sosiaalisia taitoja. Sen avulla voidaan harjoitella toisten huomioimista ryhmässä ja muiden töiden arvostamista. Tärkeää kuvataiteen tekemisessä on itse tehdyn taideteoksen tuottama ilo ja tyydytys. Itse valmistettu työ antaa osaamisen ja onnistumisen elämyksiä ja itsenäinen työskentely lisää vastuullisuuden, itsevarmuuden ja itsenäisyyden tunnetta. Luova työskentely purkaa ahdistuneisuutta ja jännittyneisyyttä ja mahdollistaa persoonallisuuden eheytyksen. (Hintsala 1994: 1, 26; Kaski ym. 2002: 244.)

Kuvallinen ilmaisu oli olennainen osa Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssia. Erityisen tärkeää se oli osallistujille, joilla oli vaikeuksia puheen tuottamisessa. Kuvallisen ilmaisun avulla käsitelimme jokaisen omaan elämään liittyviä asioita kuten perhettä ja osallistujien käsityksiä ystäväyydestä ja rakkaudesta. Tärkeää oli töiden esittely, jolloin osallistujat saivat positiivista palautetta ohjaajilta ja muilta kurssilaisilta.

Monet kehitysvammaiset nauttivat musiikin kuuntelusta ja sen tahtiin tanssimisesta. Musiikin avulla voi tutustua itseensä ja tunteisiinsa sekä vahvistaa itseluottamusta. Musiikki voi toimia sanattomana kielenä ja itseilmaisun välineenä. Useille ihmisille musiikki antaa mahdollisuuden itsensä toteuttamiseen ja luovuuteen sekä omien voimava-

rojen ja vahvojen puolien löytämiseen. Kehitysvammaisille ihmisille luovuus voi joskus olla ainoa alue, jolla hänen ei tarvitse pelätä epäonnistumista. (Ahonen-Eerikäinen 1996: 8; Kaski ym. 2002: 243–244). Kurssilla musiikkia käytettiin lähinnä rentoutumiseen ja hauskaan yhdessäoloon. Välillä aiheeseen virittäytyminen tapahtui musiikin kautta. Taukoliikuntana toimi usein tanssi, jotta osallistujat jaksoivat paremmin keskittyä käsiteltäviin asioihin.

9 TOTEUTUKSEN ARVIOINTI

Opinnäytetyömme tavoitteena oli järjestää kehitysvammaisille nuorille Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssi. Kurssin kokonaistavoitteena oli lisätä nuorten sosiaalisia valmiuksia ja parantaa heidän kykyään tehdä itsenäisiä päätöksiä. Toteutuksen arvioinnissa kiinnitimme huomiota kurssin kokonais- ja osatavoitteiden toteutumiseen sekä ammatilliseen hyödynnettävyyteen. Käsittelimme myös riskien hallintaa ja saatua palautetta.

9.1 Riskien hallinta

Kurssin suunnitteluvaiheessa kartoitimme mahdollisia riskejä ja keinoja niiden minimoimiseen. Kartoituksen tavoitteena oli vähentää virhearvioita ja huolellisella suunnittelulla vältettävissä olevia ongelmia. Jaoimme riskit neljään eri ryhmään sen mukaan, millaisiin kokonaisuuksiin ne liittyivät. Ryhmät olivat osallistujaryhmää, aihetta, aikataulua ja tavoitteita koskevat riskit.

Osallistujista muodostuvaa ryhmää koskevat riskit liittyivät sekä yksilöiden erilaisiin ominaisuuksiin että ryhmän toimintaan. Suunnittelua vaikeutti, ettei ryhmää tunnettu etukäteen. Huomioimme myös, että osallistujien yksilölliset erot voivat hankaloittaa toiminnan toteuttamista. Näitä riskejä minimoimme perehtymällä laajasti aihetta käsittelevään kirjallisuuteen ja hyödyntämällä monipuolisia opetusmenetelmiä. Myös aiheen rajaaminen oli keino vähentää ongelmia. Aloitimme opetuksen perusasioista, jolloin jokaisella osallistujalla oli mahdollisuus saada tietoa ymmärrettävässä muodossa, eikä heiltä vaadittu laajaa tietopohjaa aiheesta.

Ryhmään liittyviä riskejä olivat ryhmän heterogeenisuuden lisäksi osallistujamäärään liittyvät asiat. Riskikartoituksessa otimme huomioon, että osallistujamäärä voi jäädä alle

oletetun tai osallistujat voivat keskeyttää kurssin. Etukäteen arvioimme, että osallistujat ovat motivoituneita käymään kurssin, koska se on vapaaehtoinen. Myös kurssimaksun oli tarkoitus sitouttaa kurssiin. Osallistujia kurssille olisi ollut useita enemmän kuin meidän oli mahdollista ottaa. Hyväksyimme kuitenkin kurssille yhdeksännen osallistujan alkuperäisen kahdeksan sijaan. Kyseinen nuori osallistui vain yhdelle kontaktikerhalle, joten oletettu riski toteutui. Tämä ei kuitenkaan vaikeuttanut kurssin toteutusta, koska osallistujia oli edelleen alkuperäisen suunnitelman mukainen määrä.

Jos ryhmädynamiikka ei toimi tai ryhmäytyminen ei onnistu, kurssin on vaikea täyttää tehtäväänsä. Tämän vuoksi aloitimme kurssin tutustumalla ja luomalla tietoisesti avointa ja välitöntä työskentelyilmapiiriä. Ryhmä toimi hyvin yhdessä, ja ohjaajien suuren määrän vuoksi myös pienryhmätyöskentely todettiin toimivaksi työtavaksi. Joillakin osallistujilla oli vaikeuksia toimia tiettyjen ryhmänjäsenten kanssa ja otimme tämän huomioon, kun jaoin osallistujia pienryhmiin. Emme muodostaneet aina samoja pienryhmiä, koska osa kurssin tarkoitusta oli oppia työskentelemään myös erilaisten ihmisten kanssa.

Käsiteltävään aiheeseen liittyvät riskit jakautuivat ohjaajista riippuviin ja osallistujia koskeviin syihin. Koska kurssi käsitteli intiimejä aiheita, oletimme, että osallistujilla voi olla vaikeuksia keskustella suunnitelluista teemoista. Kannustimme osallistujia ja pyrimme muodostamaan heihin luottamuksellisen suhteen. Huolehdimme myös ryhmän ilmapiiristä muistuttamalla asiallisesta työskentelystä ja korostamalla jokaisen yksilön tärkeyttä. Osallistujat olivat innokkaita keskustelemaan seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyvistä asioista ja he olivat kiinnostuneet oppimaan uutta.

Arvioimme myös aiheen ja meidän ohjaajien välisen suhteen riskejä. Ohjaajien omat ennakkoluulot voivat johtaa vääristyneiden mielipiteiden tai ennakkoluulojen ja pelkojen lisääntymiseen. Myös ohjaajien kokemattomuus aiheen opettamisessa olisi voinut vaikeuttaa oleellisten asioiden rajaamista epäoleellisista. Minimoimme riskiä perehtymällä laajasti seksuaalisuutta ja ihmissuhteita koskevaan kirjallisuuteen ja keskustelemalla avoimesti aiheesta keskenämme. Riskiä pienensi myös se, että aihe oli meidän ohjaajien mielestä tärkeä ja kiinnostava ja olimme motivoituneita oppimaan uutta tästä asiakasryhmän elämänalueesta.

Ohjaajien omaan suhtautumiseen liittyvät riskit eivät toteutuneet kursseilla. Koimme aiheen opettamisen luonnolliseksi ja osallistujien aito kiinnostus motivoi meitä työssämme. Emme antaneet henkilökohtaisten mielipiteidemme vaikuttaa liikaa opetettavaan asiaan tai antaneet ehdottomia käyttäytymissuosituksia. Neuvoimme mistä osallistujien on mahdollista saada tarvittaessa lisätietoa.

Aikatauluihin liittyvät riskit on huomioitava aina jo suunnitteluvaiheessa. Oletetut riskit olivat, että ryhmä etenee oletettua hitaammin tai nopeammin sekä se, että teemme virhearvioita jonkin tietyn aiheen kiinnostavuutta ja innostavuutta arvioitaessa. Näitä riskejä minimoimme tekemällä tarkan aikataulun, jota kykenimme muokkaamaan tarvittaessa. Teimme erilaisia varasuunnitelmia ja jätimme aikatauluun myös väljyyttä, jolloin kontaktikertoja voitiin muokata myös kesken toiminnan. Pystyimme välttämään aikatauluihin liittyvät riskit hyvin. Etukäteen valmisteltu tarkka kurssisuunnitelma helpotti työskentelyä, ja ohjaajien toimiva yhteistyö mahdollisti suunnitelmien soveltamisen.

Tavoitteita koskevat riskit liittyivät eri osapuolten eriäviin käsityksiin tavoitteista sekä tavoitteiden unohtumiseen kesken toiminnan. Huomioimme, että ohjaavien opettajien, yhteistyökumppanin ja meidän ohjaajien käsitykset tavoitteista voivat olla ristiriidassa keskenään. Tätä riskiä minimoimme avoimella yhteistyöllä. Toteuttamista koskeva riski oli tavoitteiden unohtuminen kesken toiminnan, jolloin toiminta voi latistua pelkäksi puuhasteluksi. Vaikka pelkkä vapaa-ajanviettokin on tärkeää, se ei olisi palvellut opin- näytetyötämme tai kurssin osallistujia suunnittelemallamme tavalla. Tämän vuoksi pidimme koko toteutuksen ajan kurssipäiväkirjaa ja tarkastelimme tavoitteitamme säännöllisin väliajoin. Kurssipäiväkirjan avulla tapahtuva jatkuva itsearviointi ja työskentelyseminaarit tukivat hyvin tavoitteellisen toiminnan etenemistä.

9.2 Palaute

Kurssin toiseksi viimeisellä kerralla kaikkien osallistujien mukana lähetettiin koteihin ja asuntoloihin lyhyt palautelomake, jonka tarkoituksena oli kartoittaa mielipiteitä kurssista myös osallistujien vanhempien ja asuntoloiden henkilökunnan näkökulmasta. Päädyimme lähettämään palautelomakkeen koteihin, koska useiden osallistujien oli vaikeaa arvioida itse kurssin onnistumista ja hyödyllisyyttä. Lisäksi halusimme mielipiteitä kurssin pituudesta ja sisällöistä. Kerättyjä tietoja on mahdollista hyödyntää vastaavien kurssien suunnittelussa ja järjestämisessä.

Kurssilaisten kotoa saatu palaute oli kokonaisuudessaan positiivista, ja seksuaalisuuteen liittyvien kurssien järjestämistä pidettiin tärkeänä myös tulevaisuudessa. Osa vastaajista piti kurssia sopivan pituisena, muutamien mielestä kurssi olisi saanut olla pidempikin. Kurssikertojen määrään nähden käsiteltävien teemojen valintaa pidettiin hyvänä, eikä vastaajien mielestä kurssin sisällöstä puuttunut mitään keskeistä. Erityisen tärkeinä aiheina pidettiin perhesuhteita sekä naiseksi ja mieheksi kehittymistä. Vastaajien mielestä kaikki kurssilaiset olivat motivoituneita kurssin käymiseen, mutta useimpien mukaan kurssilaiset eivät olleet oma-aloitteisesti ottaneet puheeksi käsiteltyjä asioita. Vastaajien yleinen mielipide oli, että vaikka kurssilaiset eivät välttämättä muistaisi kaikkia käsiteltyjä asioita jälkeenpäin, on tärkeää että niistä on keskusteltu.

Kaikki vastaajat kokivat saaneensa tarpeeksi tietoa kurssista etukäteen ja muutamassa palautteessa ilmeni toive saada tietoa kurssin sisällöstä myös jälkeenpäin. Kurssilaisten viimeisellä tapaamiskerralla saamat kurssivihkoset tarjosivat melko kattavan näkemyksen kurssin sisältöön, joten palautteen kerääminen vasta viimeisen tapaamisen jälkeen olisi saattanut vaikuttaa saamaamme palautteeseen. Koska pidimme tärkeänä mahdollisimman suurta vastausprosenttia, päätimme kuitenkin lähettää lomakkeet koteihin siten, että jokainen kurssilainen voisi tuoda sen täytettynä viimeiseen tapaamiseen. Palautelomakkeen saimme takaisin kaikkialta paitsi yhden osallistujan asuntolasta. Osasyynä tähän saattoi olla kyseisen osallistujan poissaolo viimeiseltä tapaamiskerralta, jolloin asuntolan henkilökunnan olisi täytynyt postittaa täytetty lomake.

Viimeisellä kurssikerralla keräsimme palautetta myös kurssilaisilta. Palautetta varten jakauduimme kolmeen ryhmään, joissa jokaisessa oli yksi ohjaaja. Ryhmissä kierrettiin kolme rastia, joiden aiheet oli jaettu sen perusteella, mikä oli ollut hauskaa, mikä kurjaa ja mitä olisi haluttu lisää. Osa kurssilaisista muisti paljon opittuja asioita sekä yksityiskohtia esimerkiksi ehkäisystä, aikuiseksi kehittymisestä ja seurustelusta käydyistä keskusteluista. Suurin osa muisti käsitellyt aihekokonaisuudet, mutta tarkemmat yksityiskohdat etenkin vaikeammista aiheista, kuten ehkäisystä ja lapsen syntymisestä, olivat vielä hieman epäselviä.

Kurssilla mukavimpina asioina pidettiin uusia ystäviä, näyttelemistä ja näytelmien katsomista, musiikkia sekä askartelua. Yhdellä kurssilaisella muistui mieleen mukavana ja kiinnostavana asiana Mistä lapset tulevat? -video. Kaikkien kurssilaisten oli vaikeaa

keksiä ikäviä asioita, mutta draamaharjoituksia olisi haluttu lisää. Yksi kurssilainen halusi lisää tietoa lasten syntymisestä. Kaikki kurssilaiset olivat sitä mieltä, että kurssilla oli saatu paljon uutta tietoa ja että mitään tärkeää ei puuttunut.

9.3 Tavoitteiden toteutuminen

Opinnäytetyömme tavoitteena oli järjestää kurssi, joka tarjoaa kehitysvammaisille nuorille tukea ja ohjausta seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyvissä kysymyksissä. Tavoitteena oli tämän avulla lisätä nuorten sosiaalisia valmiuksia ja parantaa heidän kykyään tehdä itsenäisiä päätöksiä. Kurssin kokonaistavoitteeseen pyrittiin teemoittain jaoteltujen osatavoitteiden kautta.

Ystävyys-teeman tavoitteena oli muihin osallistujiin ja ohjaajiin tutustuminen sekä ystävyyden käsitteen ymmärtäminen. Tutustuminen tapahtui ensiesittelyjen jälkeen yhteisen toiminnan avulla. Työmenetelmäksi valitsimme kuvallisen ilmaisun, koska se mahdollisti kaikkien ryhmän jäsenten osallistumisen. Osallistujat työskentelivät aktiivisesti ja olivat kiinnostuneita tutustumaan toisiinsa. Kiinnostus ilmeni keskustelunavauksilla, ilmeillä, eleillä ja koskettamisella. Kommunikointi ei aina vaatinut puhetta vaan osallistujat lähestyivät innokkaasti myös ryhmän jäseniä, joilla oli vaikeuksia puheen tuottamisessa.

Osallistujat osasivat kuvailla ystävän ominaisuuksia ja ystävyyssuhteeseen kuuluvaa kanssakäymistä. Ystävään liitettiin perinteisiä ominaisuuksia kuten rehellisyys, luotettavuus ja kyky lohduttamiseen. Tärkeänä asiana mainittiin, että ystävä on henkilö, joka pitää sinusta. Ystävyyteen miellettiin kuuluvan myös epätyypillisempiä piirteitä. Osallistujien mielestä ystävä ei roskaa luontoa sekä auttaa rikkinäisiä autoja ja vanhuksia. Kuvailun taso vaihteli abstraktista hyvin konkreettiseen. Saavutimme ensimmäiselle kerralle asettamamme tavoitteet hyvin, mikä edesauttoi myöhempää työskentelyä.

Seuraava käsittelemämme teema oli naiseksi ja mieheksi kehittyminen ja hygienia. Tavoitteena oli tarjota osallistujille perustiedot aikuiseksi kehittymisestä ja kehossa tapahtuvista luonnollisista muutoksista. Hygienian osalta tavoitteena oli kerrata sen merkitys ja perusasiat henkilökohtaisen hygienian hoidosta. Osallistujat osasivat nimetä kuvien avulla kehossa tapahtuvia muutoksia ja erottivat lapsen aikuisesta. Kaikki tunnistivat oman sukupuolensa, mutta eroja oli siinä mielsivätkö osallistujat itsensä tytöiksi vai

naisiksi tai pojiksi vai miehiksi. Kehon muutoksista osallistujat nimesivät karvojen kasvun, pituuden lisääntymisen ja rintojen kasvun. Sukupuolielinten nimeäminen oli aluksi vaikeaa, mutta keskustelun edetessä tuli esiin useita eri nimityksiä. Kehon toiminnoista osallistujat mainitsivat hikoilun, kuukautiset ja siemensyöksyt. Useimmat olivat kuulleet näistä, mutta he eivät osanneet kertoa niiden syytä tai kuvata tarkemmin toimintoja. Kuukautisista osattiin kertoa tarkemmin vain, että silloin käytetään terveyssidettä.

Hygienian merkityksestä keskusteltiin aihetta käsittelevän videon avulla. Osallistujien mielestä hygienia oli tärkeää, koska siistinä saa ystäviä ja tuoksuu puhtaalta. Osallistujat osasivat kuvien avulla nimetä henkilökohtaisen hygienian hoitoon kuuluvat perusasiat. Naispuolisten osallistujien mielestä myös kauneudenhoito kuten huulipunaa käyttäminen ja kynsien lakkaaminen kuuluivat hygienian hoitoon. Molempien sukupuolien edustajien mukaan siisti pukeutuminen ja hiusten leikkaus ovat tärkeitä. Saavutimme asettamamme tavoitteet ja osallistujien jo olemassa olevat tiedot syventyivät keskustelujen avulla.

Seurustelu-teeman tavoitteena oli, että osallistujat erottavat ystävyys ja seurustelun ja tietävät seurustelun olevan vastavuoroista. Seurusteluun liittyvät käsitykset vaihtelivat todella paljon osallistujien välillä. Osallistujat mielsivät ystävyys ja seurustelun osittain samankaltaiseksi suhteeksi, mutta seurusteluun liitettiin enemmän fyysistä kanssakäymistä. Seurusteluun kuuluvaksi mainittiin kädestä pitäminen ja sängyssä pussaaminen. Myös rakkaus ja rakastaminen olivat keskeisiä asioita seurustelussa.

Osallistujien käsitykseen vastavuoroisesta suhteesta liittyi yhteinen päätös seurustelusta. Heidän mielestään samanaikaisesti ei voi seurustella usean ihmisen kanssa. Koska ystävyys ja seurustelun raja voi olla epäselvä, on suhteiden eron ymmärtämisen mittaaminen vaikeaa. Tavoitteen asettamisessa olisimme voineet määritellä tarkemmin, millainen käsitys suhteiden eroista on riittävä. Olennaista ei ole ulkopuolelta annettu suhteen määritelmä tai sen ominaisuudet, vaan sen osapuolten yhtenevä käsitys suhteen luonteesta.

Omat ja toisen rajat -teeman tarkoituksena oli vahvistaa osallistujien käsitystä julkisen ja yksityisen käyttäytymisen eroista sekä oman ja toisten koskemattomuuden kunnioittamisesta. Aihetta käsiteltiin selkotarinan, lautapelin ja draamaharjoitusten avulla. Osallistujilla oli selkeä käsitys siitä, ettei vierailta ole oikeutta koskea heihin ilman lupaa.

Sen sijaan parisuhteessa toisen kosketteluun suostumista ei kyseenalaistettu. Draaman avulla käsiteltiin konkreettisesti vaikeita tilanteita sekä niistä selviytymistä. Suurin osa osallistujista halusi itse esiintyä draamaharjoituksissa. Nekin nuoret, jotka eivät olleet innostuneita näyttelemään, osallistuivat aktiivisesti tukemalla näyttelijöitä ja antamalla heille ohjeita. Kaikki osallistujat osasivat nimetä luotettavan aikuisen, jonka puoleen kääntyä vaikeissa tilanteissa.

Ehkäisyyn ja sukupuolitauteihin liittyvät tavoitteet olivat, että osallistujat tietävät ehkäisyn merkityksen ja mistä lisätietoa on saatavissa. Osallistujilla oli suppeat tiedot aiheeseen liittyvistä käsitteistä. Vain yksi osallistuja osasi nimetä kondomin ja ehkäisypillerit sekä niiden käyttötarkoituksen. Teemaa käsiteltiin videon sekä aiheeseen liittyvän pelin avulla. Lisäksi osallistujilla oli mahdollisuus tutustua kondomeihin. Ehkäisy ja sukupuolitaudit oli vaikein teema osallistujille, koska se sisälsi paljon tietoa ja vaikeita termejä. Kontaktikerran lopussa useimmat osasivat kertoa, miksi ehkäisyä käytetään, mutta on vaikea arvioida, kuinka hyvin he ymmärsivät käsitellyt asiat.

Perhesuhteet-aihe sisälsi keskustelua erilaisista perhemalleista sekä konfliktitilanteiden ratkaisemisesta. Osallistujat nimesivät perheeseen kuuluviksi läheiset ihmiset, joita voivat olla kummi, kaverit asuntolassa, mummo ja pappa tai isä, äiti ja lapset. Heidän mielestään myös kahdestaan voi muodostaa perheen, jos osapuolet ovat eri sukupuolta. Samaa sukupuolta olevien parisuhde koettiin hyvin vahvasti sopimattomaksi. Kysymykseen siitä voivatko samaa sukupuolta olevat henkilöt muodostaa perheen, yksi osallistuja vastasi sen olevan hävytöntä ja että sellainen on lopetettava heti alkuunsa.

Joidenkin osallistujien oli vaikea myöntää, että kotona riidellään joskus. Yhteisen pohdinnan jälkeen osallistujat totesivat myös ristiriitojen kuuluvan perhe-elämään. Tämän jälkeen he mainitsivat riitojen aiheiksi ruoan, siivoamisen, viikkorahat, television katse- lun sekä nukkumaanmenon. Konfliktitilanteiden ratkaisemista harjoiteltiin draaman avulla. Osallistujat kykenivät keksimään rakentavia ratkaisuja erilaisiin tilanteisiin.

Joidenkin osallistujien kohdalla tavoitteiden saavuttamista oli puutteellisten kommunikointikeinojen vuoksi vaikea arvioida. Osallistujat osasivat ilmaista tunnistavansa erilaisia hygieniatuotteita tai nimetä perheenjäseniään, mutta abstraktien käsitteiden kuten seurustelun tai ehkäisyn merkityksen ymmärtämisen mittaaminen oli mahdotonta. Konaistavoitteen saavuttaminen ilmeni osallistujien lisääntyneenä rohkeutena ilmaista

mielipiteitään ja kysyä. Osallistujien tiedot käsitellyistä aiheista lisääntyivät ja he kykenivät keskustelemaan oppimastaan. Uudet tiedot ja rohkeus edistivät kykyä itsenäiseen päätöksentekoon. Sosiaalisten valmiuksien vahvistuminen näkyi osallistujien välisenä vuorovaikutuksena. Kurssin edetessä osallistujat neuvoivat, kannustivat ja huomioivat toisiaan entistä enemmän.

9.4 Ammatillinen hyödynnettävyys

Ammatillisen hyödynnettävyyden arvioinnissa olemme kiinnittäneet huomiota opinnäytetyömme käyttökelpoisuuteen vastaavien kurssien suunnittelussa ja toteutuksessa. Keskeisiä asioita kurssia suunniteltaessa ovat tavoitteet, teemat, kurssin rakenne sekä materiaalit ja menetelmät.

Tavoitteet ovat keskeisin osa toiminnan suunnittelua. Niiden tulee olla selkeitä ja konkreettisia, jotta niiden saavuttaminen on mahdollista. Selkeästi jäsennetyt tavoitteet ovat edellytys toiminnan onnistumisen arvioinnille. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssin tavoitteiden muodostamisessa huomioimme ryhmän koon, osallistujien erityistarpeet ja käytettävissä olevat resurssit. Tavoitteitamme on mahdollista hyödyntää vastaavia kursseja suunniteltaessa, mutta ne eivät ole suoraan siirrettävissä toiseen toteutukseen.

Teemojen valinnassa tulee huomioida osallistujien kehitysvaihe ja elämäntilanne. Aiheiden on oltava iänmukaisia ja ajankohtaisia osallistujille, jotta niiden käsittelystä on hyötyä. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla teemat muodostivat loogisen kokonaisuuden. Teemoja käsiteltiin siinä järjestyksessä, jossa ne usein tulevat ajankohtaisiksi nuorten elämässä. Aiheet etenivät ystävyydestä seurustelun kautta perhesuhteisiin. Rajaaminen on tärkeää, jotta jokaisen aiheen käsittelyyn jää riittävästi aikaa. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla käsiteltiin yhdellä kontaktikerralla ainoastaan yksi laajempi teema tai toisiinsa selkeästi liittyvät aiheet kuten ehkäisy ja sukupuolitaudit sekä aikuiseksi kehittyminen ja hygienia.

Ensimmäisellä kontaktikerralla osallistujat saivat alustavan kurssisuunnitelman. Siitä ilmenivät kontaktikertojen ajankohdat, teemat ja sisällöt. Kurssisuunnitelman avulla myös osallistujien lähipiirillä oli mahdollisuus saada tietoa kurssin sisällöstä ja työskentelymenetelmistä. Suunnitelman saatteessa kehoitettiin ottamaan yhteyttä, jos kurssiin liittyi kysymyksiä tai toiveita. Koska seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyvät kysy-

mykset voivat aiheuttaa ennakkoluuloja ja pelkoja myös nuoren lähipiirissä, on kurssista tiedottamisen oltava mahdollisimman avointa. Kurssirunko helpottaa keskustelua aiheesta myös kotona, mikä tukee käsiteltyjen aiheiden oppimista.

Mahdollisimman tarkkaan tehty kurssisuunnitelma helpottaa toteutusta ja myöhemmin tehtäviä muutoksia. Suunnitelman tulee olla valmiina ennen kurssin aloitusta, mutta sitä on voitava muokata vielä osallistujien tapaamisen jälkeen. Mahdolliset ennakkotiedot eivät kuvaa riittävästi yksilöiden ja ryhmän toimintaa. Ensimmäinen kontaktikerta kannattaa varata tutustumiseen, jotta kurssi vastaisi osallistujien tarpeita.

Kontaktikertojen rakenteen on oltava selkeä. Samanlainen rakenne jokaisella tapaamisella helpottaa osallistumista, koska kaikki tietävät, miten työskentely etenee. Tapaamisen alussa on tärkeää kertoa, mitä kyseisellä kerralla käsitellään ja lopussa kerrata asiat. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla työskentely rakentui pienryhmissä tapahtuvasta toiminnasta ja koko ryhmän kesken käydyistä keskusteluista. Tapaamisen aloitus ja lopetus tapahtuivat koko ryhmän kanssa, mutta varsinainen työskentely tehtiin pienryhmissä, joissa jokainen osallistuja voitiin huomioida yksilönä. Pienryhmätyöskentelyn kannalta oli välttämätöntä, että ohjaajia oli useampia.

Erilaisten työskentelymenetelmien vaihtelevuus kontaktikerran aikana auttaa osallistujia keskittymään ja pitää yllä mielenkiintoa. Menetelmien valinnassa on kuitenkin huomioitava ryhmä sekä sen jäsenten kyvyt ja taidot. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssilla käytimme ohjauksen tukena selkomateriaalia ja luovia menetelmiä. Selkotarinoiden avulla pystyttiin lähestymään arkaluontoisia asioita, ja kuvat sekä videot selkeyttivät kehossa tapahtuvien muutosten ja henkilökohtaisen hygienian käsittelyä. Erityisen hyödyllisiä olivat selkokuvat teoksesta Iloinen soturi ja suloinen kuningatar: seksuaalikasvatuksesta (Ilmonen – Karanka 2001). Luovien menetelmien avulla kaikki kykenivät ilmaisemaan tunteitaan ja mielipiteitään.

Seksuaalisuus- ja ihmissuhteet -kurssille valmistamaamme kurssivihkosta voidaan hyödyntää myös tulevien kurssien suunnittelussa. Kurssivihkoseen kannattaa laittaa teemoihin liittyvän tiedon lisäksi osallistujien omia ajatuksia ja tuotoksia. Tällä tavalla vahvistetaan osallistujien käsitystä omien tuotostensa ja osallistumisensa merkittävyydestä. Lisäksi kurssilla käsiteltyjen asioiden pohtiminen myös kurssin päättymisen jälkeen on helpompaa, kun vihkosessa on ilmaistu asioita osallistujien omin sanoin. Kurs-

sivihkosessamme oli ensimmäisellä sivulla henkilökohtaiset terveiset jokaiselle osallistujalle, millä huomioitiin osallistujat yksilöinä vielä kurssin päättyessäkin. Liitteenä olevasta vihkosesta puuttuvat osallistujien tekemät piirustukset sekä aiheisiin liittyvät selkokuvat. Kurssivihkosen avulla myös osallistujien lähipiirillä on mahdollisuus tutustua tarkemmin kurssilla käsiteltyihin aiheisiin ja osallistujilla kerrata oppimaansa.

Kurssin suunnittelua ja toteuttamista helpottaa käytettävissä oleva aineisto vastaavilta kursseilta. Opinnäytetyömme sisältää materiaalia kurssisuunnitelman, kurssivihkosen ja palautelomakkeen valmistamiseen ja teoriaosuuden, joka perustelee kattavasti kurssien tarpeellisuuden ja aiheen käsittelyssä huomioitavat asiat. Lisäksi työhön kuuluu kattava kirjallisuusluettelo, jota voidaan käyttää myös tulevaisuudessa toteutuksissa. Opinnäytetyömme voi hyödyntää kokonaisuutena tai siitä voi soveltaa osia uusien kurssien järjestämisessä. Työmme ei ole kuitenkaan tarkoitettu vain kurssien järjestäjille, vaan se antaa myös kehitysvammaisten henkilöiden lähipiireille sekä muille aiheesta kiinnostuneille tietoa seksuaalisuuden ja ihmissuhteiden tukemisesta.

10 POHDINTA

Kehitysvammaisille nuorille suunnatuille seksuaalisuutta ja ihmissuhteita käsitteleville kursseille on suuri tarve. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssille olisi halunnut osallistua paljon suurempi määrä nuoria kuin sille oli mahdollista ottaa. Kehitysvammaiset nuoret tarvitsevat tavallista enemmän tukea seksuaalisen kehityksen käsittelyssä, joten tietoa tulee olla saatavilla myös peruskoulussa annetun opetuksen päätyttyä. Seksuaalisuutta ja ihmissuhteita käsittelevien kurssien tulee olla luonnollinen osa kehitysvammaisten harrastustoimintaa järjestävien tahojen perustarjontaa. Kurssit eivät korvaa vaan tukevat kotona annettavaa ohjausta ja ne tulee toteuttaa mahdollisimman avoimessa yhteistyössä.

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet-kurssi sisälsi seitsemän 1,5 tunnin pituista kontaktikertaa, joiden aikana käsiteltiin keskeiset aiheeseen liittyvät teemat. Kurssi tarjosi perustiedot seksuaalisuudesta ja ihmissuhteista, mutta vielä tarkempi aiheeseen syventyminen vaatisi useampia kontaktikertoja. Yksittäisten kontaktikertojen kesto ei ole syytä pidentää eikä tapaamisten aikaväliä tiivistää vaan kurssin tulisi olla kokonaiskestoltaan pidempi.

Tällöin osallistujilla on paremmat mahdollisuudet syventää ja reflektoida oppimiaan asioita.

Sosiaalialan opintomme eivät tarjoa opiskelijoille tarpeeksi valmiuksia kohdata asiakkaan seksuaalisuutta osana kokonaisvaltaista hyvinvointia. Seksuaalisuus ei ole tiettyjen ryhmien erityisoikeus, eikä se rajoitu mihinkään yksittäiseen elämänvaiheeseen. Se on koko elämän kestävä prosessi, jonka ilmenemismuodot vaihtelevat yksilöllisesti. Koulutukseemme tulisi sisältyä opintoja seksuaalisuuden luonnollisesta kohtaamisesta ja tukemisesta erilaisissa elämäntilanteissa. Tällöin koulutus vastaisi paremmin työelämän vaatimuksia.

Seksuaalisuutta ja ihmissuhteita käsittelevälle kurssille osallistuminen vaatii rohkeutta ja ennakkoluulottomuutta osallistuvien nuorten lisäksi heidän lähipiiriltään. Kurssin järjestäjiltä vaaditaan selkeää näkemystä kurssin merkityksestä, jotta he kykenevät kannustamaan kurssista kiinnostuneita nuoria ja heidän läheisiään. Yhteistyö ja avoin tiedottaminen lisäävät luottamusta kodin ja järjestäjien välillä. Seksuaalisuus ja ihmissuhteet -kurssin alkuvaiheessa osallistujien vanhemmat kaipaivat paljon tietoa toteutuksesta ja vahvistusta päätökselleen ilmoittaa nuori kurssille. Tarvittaessa yhteyttä pidettiin koko kurssin ajan.

Opinnäytetyömme on herättänyt kiinnostusta ja keskustelua koko prosessin ajan. Osallistujilta ja heidän lähipiireiltään olemme saaneet myönteistä palautetta vielä kurssin päättymisen jälkeen. Myös kehitysvamma-alan työntekijät ovat osoittaneet kiinnostusta opinnäytetyötämme kohtaan. Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry on saanut tiedusteluja kurssin uudelleenjärjestämisestä ja mahdollisuudesta osallistua kurssille. Opinnäytetyömme luo pohjan uusien kurssien toteuttamiselle.

LÄHTEET

- Ahonen, Heidi. 1997. Löytöretki itseen: musiikki, kuva ja liike itseilmaisun välineenä ja itsetuntemuksen lisääjänä. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Ahonen-Eerikäinen, Heidi 1996: Musiikki – väylä sisimpään. Teoksessa Hasse, Tuula 1996: Taide kasvun ja kasvatuksen voimavarana: taide kasvattaa, kehittää - parantaa. Rovaniemi: Lapin yliopisto. 7–13.
- American Association on Mental Retardation 2002: Mental Retardation: Definition, Classification and Systems of Supports. Washington: AAMR.
- Autio, Tiina 1992: Mahdollisuus seksuaalisuuteen. Kehitysvammaisten näkemyksiä parisuhteesta ja seksuaalisuudesta. Helsinki: Kehitysvammaliitto.
- Bildjuschkin, Katriina – Malmberg, Ari 2000: Kerro meille seksistä: nuoren seksuaalikasvatus. Helsinki: Tammi.
- Edunvalvonta ja järjestötoiminta. Kehitysvammatuki 57 ry. Verkkodokumentti. <<http://www.kvtuki57.fi/jarjesto.htm>>. Luettu 17.3.2006.
- Fadjukoff, Päivi 1998: Oppimateriaali oppimisen tukena. Teoksessa Ikonen Oiva (toim.) 1998: Kehitysvammaisten opetus: mitä ja miten? Helsinki: Kehitysvammaliitto. 424–436.
- Hautamäki, Jarkko – Lahtinen, Ulla – Moberg, Sakari – Tuunainen, Kari 2003: Erityispedagogiikan perusteet. Helsinki: WSOY.
- Helenius, Aili – Jäälinoja, Päivi – Sormunen, Helena 2000: Sesam!: avaimia esiopetuksen draamapedagogiikkaan. Jyväskylä: Atena.
- Himberg, Lea – Jauhiainen, Riitta 1998: Suhteita: minä, me ja muut. Porvoo: Wsoy.
- Hintsala, Susanna 1994: Kehitysvammaisten kuvataidetoiminta: kuvataidetoiminnan merkityksen tarkastelu. Kehitysvammaliiton julkaisuja 29/1994. Helsinki: Kehitysvammaliitto.
- Hämäläinen, Juha 2001: Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopio: Kuopion yliopisto.
- Hämäläinen, Juha 1993: Sosiaalietiikka oppi- ja tutkimusalana. Teoksessa Hämäläinen, Juha – Niemelä, Pauli (toim.) 1993: Sosiaalialan etiikka. Helsinki: WSOY. 37–118.
- Ihatsu, Markku 1995: Erikseen ja yhdessä: normalisaation kehityslinjat. Joensuu: Joensuun yliopisto.
- Ilmonen, Tuisku 1987: Rakkaudella sinun: opas vammaisten lasten ja nuorten vanhemmille ja kasvattajille ihmissuhteista ja seksuaalisuudesta. Hyvinkää: Invalidiliitto.

- Ilmonen, Tuisku 2001: Seksuaalikasvatuksesta: Oma seksuaalisuuteni – oma ammatillisuuteni. Teoksessa Ilmonen, Tuisku – Karanka, Irene (toim.) 2001: Iloinen soturi ja suloinen kuningatar: seksuaalikasvatuksesta. Helsinki: Kehitysvammaliitto.
- Jahnukainen, Markku (toim.) 2001: Lasten erityishuolto ja -opetus Suomessa. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.
- Kanerva, Pirjo – Viranko, Viivi 1997: Aplodeja etsijöille: näkökulmia draamaan sekä taidekasvatuksena että opetusmenetelmänä. Helsinki: Äidinkielen opettajain liitto.
- Karanka, Irene 2006: Mitä seksuaalisuus on? Verkkodokumentti. <<http://www.verneri.net/yleis/index.php?id=999>>. Luettu 26.3.2006.
- Karanka, Irene 2002: Oman kehon tunteminen. Kehitysvammaliitto. Verkkodokumentti. Päivitetty 3.10.2006. <<http://verneri.net/yleis/tietopankki/hyvaearki/seksuaalisuus/oman-kehon-tunteminen.html>>. Luettu 19.12.2006.
- Karanka, Irene 2001: Seksuaalikasvatuksesta. Teoksessa Ilmonen, Tuisku – Karanka, Irene (toim.) 2001: Iloinen soturi ja suloinen kuningatar: seksuaalikasvatuksesta. Helsinki: Kehitysvammaliitto.
- Karanka, Irene (toim.) 1997: Seksuaalisuuden ulottuvuudet: seksuaalikasvatusohjelmia kehitysvammaisille henkilöille. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Kaski, Markus (toim.) – Manninen, Anja – Mölsä, Pekka – Pihko, Helena 2002: Kehitysvammaisuus. Helsinki: WSOY.
- Kehitysvammatuki 57 ry. Stakes. Verkkodokumentti. Päivitetty 27.5.2005. <<http://www.stakes.fi/apudata/asp/lisatieto.asp?orgtunnus=414>>. Luettu 15.3.2006.
- Kehitysvammatuki 57 ry 2005: Toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2006.
- Kempton, Winifred 1993: Socialization and Sexuality: A Comprehensive Training Guide for Professionals Helping People with Disabilities that Hinder Learning. Haverford: Writer.
- Ladonlahti, Tarja – Naukkarinen, Aimo – Vehmas, Simo (toim.) 1998: Poikkeava vai erityinen?: erityispedagogiikan monet ulottuvuudet. Jyväskylä: Atena.
- Laine, Anne – Ruishalme, Outi – Salervo, Pirjo – Sivé, Tuula – Välimäki, Päivi 2001: Opi ja ohjaa sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: WSOY.
- Laki kehitysvammaisten erityishuollosta. Finlex. Verkkodokumentti. <<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1977/19770519?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=erityishuolto>>. Luettu 23.3.2006.
- Laurinen, Leena 1994: Selko- vai sekokieltä. Selkokielisten tekstien ymmärrettävyydestä. Teoksessa Sainio, Ari (toim.) 1994: Selkoa selkokielestä. Helsinki: Kirjastopalvelu. 33–61.

- Lehtinen, Ulla – Pirttimaa, Raija 1995: Aikuiskasvatuksen suunnitelma: NOVA. Miten tukea kehitysvammaisten nuorten ja aikuisten kasvua?. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Lintunen, Jarmo 1996: Pedagoginen draama – jännittävää yhteistoiminnallista oppimista. Teoksessa Hasse, Tuula (toim.) 1996: Taide kasvun ja kasvatuksen voimavarana: taide kasvattaa, kehittää – parantaa. Rovaniemi: Lapin yliopisto. 35–43.
- McClimens, Alex – Combes, Helen 2005: (Almost) everything you ever wanted to know about sexuality and learning disability but were always too afraid to ask. Teoksessa Grant, Gordon – Goward, Peter – Richardson, Malcolm – Ramcharan, Paul (toim.) 2005: Learning disability: A Life Cycle Approach to Valuing People. Maidenhead: Open University Press. 361–379.
- McConkey, Roy 2005: Promoting friendships and developing social networks. Teoksessa Grant, Gordon – Goward, Peter – Richardson, Malcolm – Ramcharan, Paul (toim.) 2005: Learning disability: A Life Cycle Approach to Valuing People. Maidenhead: Open University Press. 468–490.
- Mäenpää, Jorma – Siimes, Martti A. 1995: Lasten ja nuorten seksuaalisuus. Teoksessa Hovatta, Outi – Ojanlatva, Ansa – Pelkonen, Risto – Salmimies, Pekka (toim.) 1995: Seksuaalisuus. Helsinki: Duodecim. 55–68.
- Nirje, Bengt 2003: Normaliseringsprincipen. Teoksessa Nirje, Bengt 2003: Normaliseringsprincipen. Lund: Studentlitteratur. 91–121.
- Puolimatka, Tapio 1999: Kasvatuksen mahdollisuudet ja rajat: minuuden rakentamisen filosofia. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Rawls, John 1971: A Theory of Justice. Oxford: Oxford University Press.
- Rören, Owe 1988: Begåvningsnedsättning. Sexualitet. Samlevnad. Tukholma: Stiftelsen ALA.
- Seksuaalioikeuksien julistus. 1999. Seksologian maailmanjärjestö. Verkkodokumentti. Päivitetty 29.8.2005. <http://www.worldsexology.org/about_sexualrights_finland.asp>. Luettu 29.3.2007.
- Silvennoinen, Markku 1999: Elämää verkostoissa: toimivat ihmissuhteet. Helsinki: Edita.
- Söder, Mårten 2003: Bakgrund. Teoksessa Nirje, Bengt 2003: Normaliseringsprincipen. Lund: Studentlitteratur. 21–35.
- Tautiluokitus ICD-10. Stakes. Verkkodokumentti. Päivitetty 4.2.2006. <<http://www.stakes.fi/OSKE/luokitukset/icd10/index.html>>. Luettu 15.3.2006.
- Turunen, Minna 1994: Selkokielen määrittelystä. Teoksessa Sainio, Ari (toim.) 1994: Selkoa selkokielestä. Helsinki: Kirjastopalvelu. 21–32.

Työkyvyttömyyseläke. Kansaneläkelaitos. Verkkodokumentti. Päivitetty 5.1.2006. <<http://www.kela.fi/in/internet/suomi.nsf/NET/210801155049EH?openDocument>>. Luettu 31.10.2006.

Virtanen, Hannu 2002: Selko-opas. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

Öhman, Anneli 1993: Vaikeammin vammaisten sosiaaliset suhteet. Kehitysvammaliiton julkaisuja 17/1993. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

KURSSILLA HYÖDYNNETTY MATERIAALI

Ilmonen, Tuisku – Karanka, Irene 2001: Teema- ja tehtäväkuvat. Teoksessa Ilmonen, Tuisku – Karanka, Irene 2001 (toim.): Iloinen soturi ja suloinen kuningatar: seksuaalikasvatuksesta. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

Mistä lapset tulevat? 1991. Opetusvideo. Helsinki: Suomen kunnallispalvelu.

Palokari, Sirpa 2001: Niinan juhlapäivä ja muita tarinoita. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

Suosion salaisuus. 1995. Opetusvideo. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

Rajala, Pertti 1990. Kahden: rakkaudesta ja seksistä selkokielellä. Helsinki: Väestöliitto.

11.9.2006

Hei,

tässä on alustava ohjelma kurssille Seksuaalisuus ja ihmissuhteet. Pyrimme huomioimaan kurssilaisten toiveet ja tarpeet kurssin edetessä ja näiden pohjalta muokkaamaan ohjelmaa mahdollisuuksien mukaan. Kurssiohjelma voi siis päivittyä syksyn mittaan, mutta pääpiirteittäin pyrimme pysyttelemään ohessa olevassa suunnitelmassa. Kurssin lopuksi käsiteltyä materiaalia kootaan vielä yhteen osallistujille kotiin vietäväksi.

Syksyisin terveisin,

Mari Paalanen, Helmi Paananen ja Kaisa Pasanen

11.9 YSTÄVYYS	Tutustumisleikki Keskustellaan kurssin sisällöstä, odotuksista ja toiveista Tehdään ystävyyspuu ja käydään läpi ajatuksia ystävydestä Ystävyyslaulu ja loppuleikki
18.9 NAISEKSI JA MIEHEKSI KEHITTYMINEN JA HYGIENIA	Alkuleikki ja kuulumiset Käsitellään miehen ja naisen kehitystä Katsotaan hygieniavideo ”Suosion salaisuus” Keskustellaan hygieniasta ja sen tärkeydestä
25.9 IHASTUMINEN JA SEURUSTELU	Kerrataan edellisellä kerralla käytyjä asioita Millainen ihminen on viehättävä ja mikä minussa itsessäni on kaunista Aiheeseen liittyvää musiikkia Käsitellään pienryhmissä ihastumista ja seurustelua, esitellään tuotokset toisille
2.10 OMAT JA TOISTEN RAJAT	Yhteinen aloitus Luetaan aiheeseen liittyvä selkotarina ja puretaan heränneet tunteet ja ajatukset yhdessä Opetellaan draamaharjoituksen avulla sanomaan ”ei” Omia ja toisten rajoja käsittelevä peli
9.10 EHKÄISY JA SUKUPUOLITAUDIT	Video aiheesta Käydään läpi sukupuolitauteja ja raskautta Erilaiset ehkäisyvälineet Aiheeseen liittyvä peli
16.10 PERHESUHTEET	Kerrataan edellisellä kerralla käsiteltyjä asioita Piirretään oma perhe Mietitään millaisia erilaisia perheitä on olemassa Käydään draaman avulla läpi yhdessä elämiseen ja perheeseen liittyviä tilanteita ja niissä toimimista
23.10 YHTEINEN LOPETUS	Keskustellaan kurssista ja kerätään palautetta Toimintaa kurssilaisten toiveiden mukaan

13.10.2006

Hei kotiväki,

Seksuaalisuus ja ihmissuhteet-kurssi lähestyy loppuaan ja olemme kiinnostuneita tietämään kuinka kurssi on mielestänne onnistunut. Hyödynnämme palautetta opinnäytetyössämme sekä mahdollisten tulevien kurssien suunnittelussa. Mielipiteenne on tärkeä kurssia arvioitaessa. Kaikki tiedot käsitellään luottamuksellisesti, eikä tietoja yhdistetä yksittäisiin henkilöihin. Toivomme teidän lähettävän palautteen kurssilaisen mukana viimeiselle tapaamiskerralle. Lomakkeen voi palauttaa myös postitse: Mari Paalanen (osoite)

Hyvää syksyn jatkoa!

Mari Paalanen, Helmi Paananen ja Kaisa Pasanen

1. Saitteko kurssin alussa tarpeeksi tietoa kurssin sisällöstä?

Kyllä ☐

Ei ☐ mistä asiasta olisitte halunneet lisätietoa? _____

2. Oliko Seksuaalisuus ja ihmissuhteet-kurssi mielestänne sopivan pituinen?

Kyllä ☐

Ei ☐ miksi? _____

3. Mikä/mitkä käsitellyistä aiheista olivat mielestänne erityisen tärkeitä?

4. Puuttuiko kurssin sisällöstä jokin keskeinen aihe?

Kyllä ☐ mikä? _____

Ei ☐

KÄÄNNÄ

5. Oliko kurssilainen arvionne mukaan motivoitunut käymään kurssia?

Kyllä ☐ kuinka ilmeni? _____

Ei ☐ kuinka ilmeni? _____

6. Onko kurssi herättänyt keskustelua kotona?

Kyllä ☐ millaista? _____

Ei ☐

5. Kommentteja, parannusehdotuksia tai terveisiä ohjaajille _____

KIITOS PALAUTTEESTA!



SEKSUAALISUUS JA IHMISSUHTEET -KURSSI

OHJAAJAT:
MARI PAALANEN,
HELMI PAANANEN,
KAISA PASANEN

SYKSY 2006

HEI _____!

KIITOS KUN OLIT MUKANA SEKSUAALISUUS JA
IHMISSUHTEET-KURSSILLA.

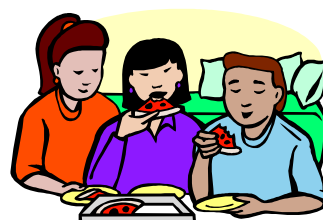
OLIT KURSSILLA

TOIVOTTAVASTI SINULLA OLI YHTÄ MUKAVAA KUIN
MEILLÄ OHJAAJILLA.

TÄSSÄ VIHKOSESSA ON KURSSILLA KÄYTYJÄ
ASIOITA JA TEKEMIÄSI TAIDETEOKSIA.

VOIT MUISTELLA OPITTUJA ASIOITA JA KERTOAA
NIISTÄ MYÖS KOTIVÄELLESI.

TERVEISIN: MARI, HELMI JA KAISA



YSTÄVÄPUU



MITÄ YSTÄVÄ TEKEE?

- LEIKKII
- ON LUOTETTAVA
- VOI KERTOAA TÄRKEITÄ ASIOITA
- AUTTAA RIKKINÄISIÄ AUTOJA
- AUTTAA AVAAMAAN OVEN
- AUTTAA VANHUKSIA
- LOHDUTTAA
- TYKKÄÄ SINUSTA
- ON REHELLINEN
- ON AVULIAS



MITÄ YSTÄVÄ EI TEE ?

- LYÖ
- KIUSSAA
- VARASTA REPPUA/ TÄRKEITÄ TAVAROITA
- POTKI
- HEITÄ TUPAKAN TUMPPEJA/ ROSKIA LUONTOON
- RAAVI
- VALEHTELE
- EI PIDÄ LUPAUKSIA
- EI AUTA



NAISEKSI JA MIEHEKSI KEHITTYMINEN

KYPSYMINEN NAISEKSI JA MIEHEKSI TAPAHTUU MURROSIÄSSÄ. MURROSIÄÄ ALKAA NOIN 10-15 VUODEN VÄLILLÄ.

TYTÖT:

- KARVOJEN KASVU ALAPÄÄHÄN JA KAINALOIHIIN.
- RINTOJEN KASVU JA LANTION PYÖRISTYMINEN.
- KUUKAUTISET ALKAVAT ELI EMÄTTIMESTÄ VUOTAA VERTA KERRAN KUUKAUDESSA.

POJAT:

- KARVOJEN KASVU VATSAN ALAOSAAN, RINTAAN JA KAINALOIHIIN. PARTAKIN ALKAA KASVAA.
- ÄÄNENMURROS ELI ÄÄNI MUUTTUU MATALAKSI.
- SIITIN JA KIVEKSET SUURENEVAT.

HYGIENIA ELI PUHTAUS

JOS PESEYTYY JOKA PÄIVÄ, SILLOIN EI HAISE JA
IHMINEN TUOKSUU RAIKKAALTA JA PUHTAALTA!

MUISTA SUIHKUSSA PESTÄ:

- ❖ KASVOT
- ❖ HIUKSET
- ❖ KAINALOT
- ❖ VARPAAT
- ❖ TAKAPUOLI
- ❖ SUKUPUOLIELIMET

MUISTA MYÖS:

- ❖ PESTÄ HAMPAAT AAMULLA JA ILLALLA.
- ❖ PUHDISTAA JA LEIKATA KYNNET.
- ❖ KÄYTTÄÄ DEODORANTTIA.

PUHTAUS ON TÄRKEÄ ASIA!

AJATUKSIA SEURUSTELUSTA

- RAKKAUTTA
- KOULUKAVERIN KANSSA VOI SEURUSTELLA
- KILTIN IHMISEN KANSSA
- ON HAUSKAA
- VOI LEIKKIÄ YHDESSÄ
- VOI JUTELLA
- MOLEMPIEN TÄYTYY TIETÄÄ ETTÄ SEURUSTELLAAN
- YSTÄVYYS
- MONEN KANSSA EI SEURUSTELLA
- PITÄÄ KYSYÄ HALUAAKO TOINEN SEURUSTELLA/
KETÄÄN EI SAA PAKOTTA
- SHOPPAILLA
- KÄYDÄ KAHVILLA
- EI TARVITSE NÄHDÄ JOKA PÄIVÄ
- PITÄÄ ANTAA AJAN KULUA JA KATSOA MITÄ
TAPAHTUU
- ENSIN PITÄÄ TUTUSTUA
- VAKITUISEMPAA
- VOI SEURUSTELLA ILMAN SORMUSTA ELI ILMAN
ETTÄ ON KIHLOISSA



OMAT JA TOISEN RAJAT

OMAT RAJAT TARKOITTAAN, ETTÄ SINUN EI TARVITSE TEHDÄ SELLAISTA MIKÄ SATTUU TAI TUNTUU PAHALTA.

TOISEN RAJAT TARKOITTAAN, ETTÄ TOISELLE EI SAA TEHDÄ SELLAISTA MISTÄ HÄN EI PIDÄ.

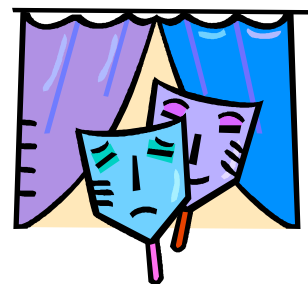
JOSKUS JOUDUMME IKÄVIIN TILANTEISIIN.
VOIT HARJOITELLA JO ETUKÄTEEN MITEN TOIMIT VAIKEASSA TILANTEESSA.

MUISTATKO VIELÄ TEKEMÄMME EI-NÄYTELMÄT?
VOIT TEHDÄ NIITÄ MYÖS KOTONA.

NÄYTELMÄN AIHEITA VOIVAT OLLA:

- KUN VIERAS PYYTÄÄ SINUA MUKAANSA
- JOKU YRITTÄÄ KOSKEA SINUA ILMAN LUPAA
- TUNTEMATON IHMINEN HALUAA SINULTA RAHAA

VOIT ITSE KEKSIÄ AIHEITA LISÄÄ.



VOIT MYÖS MIETTIÄ SEURAAVIA KYSYMYKSIÄ:

MILTÄ PEKASTA TUNTUU, JOS MAIJA YRITTÄÄ
SUUDELLA HÄNTÄ ILMAN LUPAA?

SAAKO TIMO KURKKIA TIINAN HUONEESEEN, KUN
TIINA RIISUUTUU?

SAAKO KALLE KOSKETELLA SUKUPUOLIELIMIÄÄN
TYÖPAIKALLA?

MILTÄ PAULISTA TUNTUU, JOS JOONAS LUKEE
PAULIN PÄIVÄKIRJAA ILMAN LUPAA?

MUISTATHAN, ETTÄ IKÄVISTÄKIN ASIOISTA SAA
PUHUA.

JOSKUS PAHA MIELI HELPOTTAA, JOS SIITÄ VOI
KERTOAA TOISELLE.

VOIT MIETTIÄ KUKA SINULLA ON LUOTETTAVA
AIKUINEN, JOLLE VOIT PUHUA MYÖS
SURULLISISTA ASIOISTA.

EHKÄISY

EHKÄISY TARKOITTAÄ SITÄ, ETTÄ NAISEN RASKAAKSITULO ESTETÄÄN. EHKÄISYSTÄ ON HUOLEHDITTAVA JOS ON YHDYNNÄSSÄ EIKÄ HALUA LASTA.

ERÄS EHKÄISYVÄLINE ON KONDOMI. SE ON KUMINEN PUSSI, JOKA LAITETAAN SIITTIMEN PÄÄLLE ENNEN YHDYNTÄÄ.

KONDOMIN KÄYTTÖ YHDYNNÄSSÄ EHKÄISEE MYÖS SUKUPUOLITAUDIN TARTTUMISEN. TAUDIT TARTTUVAT VAIN JOS RAKASTELUKUMPPANI SAIRASTAA TAUTIA.

MUISTA, ETTÄ EHKÄISY ON SEKÄ NAISEN ETTÄ MIEHEN VASTUULLA!

AJATUKSIA PERHEESTÄ

PERHEESEEN KUULUVAT:

- LÄHEISET IHMISET
- ISÄ, ÄITI JA LAPSET
- MUMMO JA PAPPA
- KUMMI
- KAVERIT ASUNTOLASSA
- KAHDESTAANKIN VOI OLLA PERHE



PERHEESSÄ VOIDAAN RIIDELLÄ ERILAISISTA ASIOISTA:

- RUOKA
- SIIVOAMINEN
- VIIKKORAHAT
- TELEVISION KATSELU
- NUKKUMAANMENO

PERHEEN KANSSA ON KIVA:

- LEIKKIÄ
- KATSOA TV:TÄ
- TEHDÄ RETKIÄ
- ULKOILLA
- LEIPOA
- SYÖDÄ POPPAREITA



TOIVOTTAVASTI VIHKOSTA ON OLLUT MUKAVA LUKEA JA KATSELLA.

VOIT KATSELLA SITÄ AINA, KUN HALUAT MUISTELLA KURSSIA JA OPPIMIASI ASIOITA.

JOS SINUA MIETITYTTÄÄ JOKU KURSSIN AIHEISTA VOIT KYSYÄ NIISTÄ:

- VANHEMMILTASI
- ASUNTOLAN OHJAAJALTA
- TERVEYDENHOITAJALTA
- LÄÄKÄRILTÄ
- OPETTAJALTA
- TAI MUULTA LUOTETTAVALTA AIKUISELTA

KURSSILLA KATSOTUT VIDEOT OLIVAT:

- SUOSION SALAISUUS
- MISTÄ LAPSET TULEVAT?

KURSSILLA KÄYTETYT JULKAISUT OLIVAT:

- KAHDEN – RAKKAUDESTA JA SEKSISTÄ SELKOKIELELLÄ
- NIINAN JUHLAPÄIVÄ JA MUITA TARINOITA

HYÖDYLLISIÄ INTERNET-OSOITTEITA:



- <http://www.vaestoliitto.fi/>
TIETOA PARISUHTEESTA, SEKSUAALITERVEYDESTÄ,
NUORISTA.
- <http://verneri.net/selko/tietoa/ihmissuhteet/>
TIETOA YSTÄVYYDESTÄ, RAKKAUDESTA,
YKSINÄISYYDESTÄ, PERHEEN PERUSTAMISESTA.

KEHITYSVAMMALIITON KIRJASTOSTA LÖYTYY
PALJON HYÖDYLLISIÄ KIRJOJA JA VIDEOITA.

KIRJASTO ON OSOITTEESSA:

VILJATIE 4 A, 00700 HELSINKI
PUHELINNUMERO: 09-34809256

TORSTAISIN KLO. 8.00-16.00 KIRJASTOSSA ON
TYÖNTEKIJÄ, JOKA AUTTAA SINUA KIRJOJEN JA
VIDEOIDEN ETSIMISESSÄ.
MUINA AIKONA KIRJASTOSSA ON ITSEPALVELU.